III. Jahrgang, Heft 12

Preis: RM. 1.—

DAS FREIBAD

MONATSSCHRIFT ZUR FÖRDERUNG DES NACKTBADENS

Liste der deutschen Freikörperkultur-Vereine

Anton Putz zu Adlersthurn

Die Insel der Nackten

Akt- und Freilicht-Aufnahmen

Etudes de Nu

Studies in the Nude



Dt.-Österreich	Schill. 1.80
Ungarn	P. 1.50
Tschechosl.	cKr. 9.—
Holland	fl. 0.65
Schweiz	Frc. 1.40
Rumänien	Le 45.—
Danzig	Gld. 1.30
Belgien	Belga 1.90
Dänemark	Kr. 1.25



Jahrg. III **Das Freibad** Heft 12

Preis: Einzelheft RM. 1,—. Vierteljährlich im Umschlag frei ins Haus geliefert RM. 2,50

AUS DEM INHALT



Titelbild von Hans Eder, München

Auffenberg-Verlagsgesellschaft m. b. H., Berlin W 30, Haberlandstraße 7, Fernruf: (B 4) Bavaria 2478, Postscheckkonto Berlin 99783 / Verantwortlich für den Inhalt: Josef Bayer in Berlin / Druck: Buchdruckerei Wilhelm Bohn, Frankfurt (Oder), Berliner Straße 17/18

Auslieferung in Frankreich: Librairie Universum. J. Gondol, Paris (VIe), 33 Rue Mazarine; für Holland und Kolonien: Pandora Uitgevers Genootschap, Den Haag, Wagenstraat 189. // Nicht verlangte Manuskripte werden nur zurückgesandt, wenn frankierter Briefumschlag beigelegt ist

DAS FREIBAD

Monatsschrift zur Förderung des Nacktbadens

Überbündlerisches Organ

3. Jahrgang | Berlin, den 18. Dezember 1929 | Nummer 12



Josef Bayer

Der volkswirtschaftliche Wert der Freikörperkultur

Von Rudolf Teßmann

Körperkultur ist Körperveredlung. Körperveredlung aber bedeutet mehr als Körperpflege. Die Körperkultur erfaßt nicht nur den Körper, sondern gleichzeitig auch die Seele und den Geist des Menschen. Wir haben die Pflicht, unseren Körper zu pflegen und zu bilden, denn nur der an Körper, Seele und Geist gesunde Mensch kann die Aufgaben erfüllen, die der heutige Kampf des Lebens stellt!

Das Leben verlangt von dem modernen Menschen neben körperlicher Gesundheit und Gewandtheit vor allen Dingen bewegliche Geistigkeit. Gesunder Körper, gesunder Geist und eine gesunde Seele sind nötig für jedermann zur wirtschaftlichen Selbstbehauptung. Hohe seelische Fähigkeiten sind nicht zu erreichen allein durch geistige Belehrung, sondern nur auf der Grundlage eines erbarmungslos gepflegten Körpers!

An die Kampffähigkeit und Kampfbereitschaft des Menschen als Individuum und als Masse werden im Zeitalter des Hochkapitalismus außerordentlich hohe Forderungen gestellt. Schärfste Kämpfe bestehen selbst da, wo der Name „Frieden" betont wird. Ein anhaltend bestehendes Kampffeld der Menschen sind auch die Räume und Plätze, wo die Kampfesform den Namen „Arbeit" trägt. Es ist ein großer Unsinn, im 20. Jahrhundert den Fabrik- oder Maschinenbetrieb, der sich auch im Büro, im Handwerk und im Handel auswirkt und gleiche Erscheinungen zeigt, ausschalten zu wollen. Wir leben im Zeitalter des Fabrikbetriebes, in der die Maschine mit unermüdlicher Kraft die Leistungen steigert. Der Kraftmotor macht die Maschinen zu Automaten. Von dieser Mechanisierung wird der Mensch erfaßt, ob er in der Fabrik oder im Büro arbeitet. Jeder Betrieb als Unternehmungsform ist ein Uhrwerk, in das sich der Mensch einzufügen hat. Der Betrieb ist bestimmten Organisationszwecken unterworfen, wodurch der Mensch seine Verschiedenheit im Betriebe aufgibt! Da nützt kein noch so gutgemeinter Wunsch — er muß im Betriebe uniform denken und handeln. Jede Störung an einer Stelle unterbricht den Gesamtprozeß. Wir brauchen nicht gleich das laufende

Band" als Beispiel nehmen. Fest steht, daß in jedem Betrieb durch Stockung an einer Stelle eine Aufspeicherung entsteht, die gefährlich ist und alle nachfolgenden Arbeitsstationen in Mitleidenschaft zieht. Notwendig ist es, darum Wege zu finden und zu gehen, die den Gegensatz von Mensch, Maschine und Organisation überbrücken. Ein Mittel — nicht das Mittel — dazu ist die Körperkultur! Sie bedeutet mehr als nur Leibesübungen, denn sie erfaßt den Menschen in seiner Totalität und gipfelt in Gemeinschaft.

Die Bezeichnung „Leibesübungen" umfaßt alle Gebiete der körperlichen Schulung, also Turnen, Spiel, Sport und Wandern. Der Begriff Turnen hat im Laufe der Zeit große Wandlungen erfahren. Heute treibt die Turnerschaft bewußt auch Sport und Gymnastik. Beide sind ja auch eng verbunden, denn Gymnastik ist die Vorbereitung für den Sport. Das Ziel des Turnens ist Körperbeherrschung, das des Sportes Körperleistung und das der Gymnastik ist Körperbefreiung. Wandern trägt nicht nur körperliche und seelische Erziehungsfaktoren in gleichem Maße in sich, sondern ist gleichzeitig Naturerleben! Das Spiel hat nicht nur Lebenswerte für die Jugend, sondern auch für die Erwachsenen. Höhere Zivilisation bringt Arbeitseinteilung und damit Einseitigkeit. Das Spiel wird dem Erwachsenen eine Erholung, eine Abwechselung. Das Spiel des menschlichen Körpers beim Wandern, in Gymnastik und Sport, das Spiel seines Geistes bei schönen Büchern, bei Gesang, Musik und Tanz, das Spiel seiner Seele beim Anblick des Schönen und beim Erleben froher Stunden bedeutet Gesundheit und Freude, Erlösung aus der Qual des Daseins und ist Glückseligkeit. Jeder Mißbrauch von Spiel, Sport und Wandern ist Mißbrauch der Freiheit. Darum muß auch das Spiel des Erwachsenen schön und gesund sein. Dann wird ihm das Ernstleben, der Kampf um das Dasein leichter werden!

Körperkultur kultiviert die Maschine Mensch. Durch Körperkultur erreicht der Mensch höchste Leistungsfähigkeit, lernt — dem mechanischen Gesetz von Spannung und Entspannung entsprechend — seine Kräfte und Energien regulieren, steigern und nützen. Leib, Seele und Geist werden durch Körperkultur neu gebildet, die in ihm schlummernden Kräfte stetig geweckt. Leib ohne Geist ist möglich, und leider die Regel. Geist ohne Leib ist unmöglich. Krankem Leib entwächst kein gesunder Geist, geknechtetem kein freier. Die Körperkultur schafft Vollmenschen, Tatmenschen! Sie hätte ihren Zweck verfehlt, wenn sie nur Nacktkultur betreiben wollte und wenn Nacktsein nur Zweck und Ziel der Bewegung wäre.

Die Anhänger der Körperkultur sind keine Belastung der Krankenhäuser, Krankenkassen und sonstigen ähnlichen staatlichen und städtischen Einrichtungen. Sie sind im Gegenteil ein Plusfaktor in der Wirtschaft! Das haben bereits viele Unternehmer und viele Unternehmen eingesehen und daher in ihren Betrieben Sport- und Gymnastikstätten eingerichtet. Aus gleichem Grunde werden diese Einrichtungen immer mehr ausgebaut.

Man spricht von „Deutschlands Wiedergeburt". In der wichtigen Angelegenheit Körperkultur besteht für Staat und Wirtschaft die Pflicht, viel mehr als bisher zu tun. Wir rufen diesen beiden zu: Schafft Arbeitsräume, Wohnstätten und Schulen, in denen der einzelne Mensch sich wohlfühlt, legt viel mehr Sport-, Spiel- und Badeplätze an, zum Wohle des ganzen Volkes. Den Gewerkschaften raten wir, sich noch viel mehr mit den Problemen der Körperkultur zu befassen und für sie mit aller Kraft einzutreten.

Rom und Griechenland standen in höchster Blüte, als ihre Gymnasien wahre Kulturstätten waren und starben, als Mißwirtschaft und Laster an ihre Stelle traten. Sie beherrschten beide die Welt, als ihre Kraft auf der Grundlage Körperkultur wurzelte und gingen unter, als man einzelne Größen zu Göttern und das Volk zum Pöbel machte. Unsere Pflicht ist es, darum besonders allen Entartungen des Sportes — siehe Boxersensationen, Schmeling pp. —, in größter Schärfe entgegenzutreten. Ein Volk, das nach Zirkus- und Gladiatorenkämpfen schreit und sich daran berauscht, ist kernfaul an Körper, Seele und Geist!

Wir stehen in einer Zeitenwende, wo das gesamte Volk am Geschick Deutschlands teilnimmt, ganz gleich, ob es will oder nicht, bewußt oder unbewußt. Ein Volk, das gesund an Körper, Seele und Geist ist, wird sich eine zweckentsprechende Volkswirtschaft schaffen, zu der eine der wichtigsten Grundsteine die Körperkultur ist und bleibt!

Gesundheitspflege durch Leibesübungen

Von Dr. med. Max Grünewald, Dortmund

Die Pflege der Leibesübungen sollte eigentlich nie Selbstzweck sein, sondern das Mittel bilden, um im gesunden Körper einen gesunden Geist zu erhalten. Die Frage nach dem gesundheitlichen Wert der einzelnen Leibesübungen wird so häufig gestellt, daß es vielleicht von allgemeinem Interesse ist, etwas Näheres darüber zu erfahren, ob und wie die Leibesübungen allgemein einen gesundheitfördernden Einfluß ausüben, und von welcher verschiedenen Wirkung die einzelnen Arten der Leibesübungen sind.

Die Gesundheitspflege fordert, daß alle Leibesübungen nackt betrieben werden. Die Nacktübung vermittelt die Beziehungen zwischen der menschlichen Haut und der Außenwelt. Sie ist von vorbeugender und heilender Wirkung. In Hohenlychen heilt z. B. Geheimrat Bier die Tuberkulose mit einem hohen Grad von Wahrscheinlichkeit durch Sonnen- und Luftbäder und hat bei dieser Gelegenheit beobachtet, daß seine Patienten durch die Nacktbehandlung von Erkältungen, Schnupfen, Mandelentzündung und anderen Infektionskrankheiten im hohen Maße verschont bleiben. Bei der Gründung der deutschen Hochschule für Leibesübungen hat Geheimrat Bier die Nacktbehandlung grundsätzlich eingeführt und, um eine richtige Eingewöhnung zu erzielen, für die Studenten auch eine Vorlesung mit praktischen Uebungen festgesetzt. Außer der Licht- und Luftwirkung bringt die Nacktübung eine Steigerung des Appetits und eine bessere Ausnutzung der Nahrung, denn Körpertätigkeit in freier Luft bedingt einen erhöhten Stoffwechsel und eine erschöpfende Ausnutzung der Nahrungszufuhr.

Die Griechen haben die Bildung edler und gesunder Körper erreicht durch ihren Fünfkampf, bestehend aus Lauf, Sprung, Wurf mit Speer, Wurf mit Diskus und Ringen. Die Schnelligkeits- oder Schnellkraftübungen wie z. B. Schnellauf, Sprung, Wurf, Fechten und Schwimmen machen schlank, gewandt und schnell, sie bilden eine ausgezeichnete Uebung für Herz, Lungen und Nervensystem. Durch die schwere Arbeit der Athleten, welche im Gegensatz zu den Schnelligkeitsübungen langsam und nur wenige Male hintereinander ausgeführt wird, bilden sich Muskelmenschen von sogenannten herkulischem Typ. Dabei werden die Nerven nur unbedeutend geübt.

Kunstgerechte Massage macht die Muskeln und Gelenke weich sowie leistungsfähig und die durch die Körperanstrengung gespannten Muskeln wieder ge-

(Fortsetzung Seite 236.)



Josef Bayer

Die Ehe-G. m. b. H.

„Ehen werden im Himmel geschlossen!“ — aber erleben muß man sie auf Erden! Es wäre ja so schön, wenn die ganze Ehe eine Folge seliger Flitterwochen sein könnte: aber Liebe allein macht nun einmal nicht satt — wir leben im Materiellen und vom Materiellen! Und dieses Erdgewicht unseres ehelichen Lebens bekommt nur zu leicht die Vorherrschaft, wenn die ersten Monate des brausenden Glücks vorüber sind und wir langsam dem Alltagsleben sein Recht wieder einräumen. Jeder Verheiratete erfährt es ja am eigenen Leibe, daß nach der ersten schönen Zeit seligster Zweieinsamkeit ein langsames innerliches Erwachen folgt: man ertappt sich dabei, den geliebten Gefährten ruhiger, kritischer zu betrachten und prüft sich selbst auf die Einstellung zu ihm, man legt wieder mehr Wert auf die Dinge und Menschen um einen. Es kann ja auch nicht anders sein: wir Menschen können nicht ständig in gehobener Stimmung leben — wir gehören dem Alltag! Und an dieser Macht des Alltags über uns ist schon so manche Ehe, die aus wirklicher Liebe geschlossen wurde, gescheitert! Mit dem Augenblick, wo das Materielle uns bedrängt, wo die kleinen und großen Sorgen auf uns einstürmen, beginnt die Gefahr, daß sie unsere Liebe töten. Und gerade in Zeiten wie den unseren ist das Materielle ja so bedeutsam, daß die „Vernunftehen“ immer mehr überhand nehmen!

Es soll hier nicht über den moralischen Wert oder Unwert solcher aus kalter, nüchterner Ueberlegung geschlossener Verbindungen geurteilt werden — nehmen wir aus dem Begriffe nur das eine Wort „Vernunft“! Denn schließlich ist auch jede Liebesehe eine Sache, die ohne Vernunft, — also ohne Ueberlegung — wenig Aussicht auf Beständigkeit hat. Auch zwischen Menschen, die die ganz große, heilige Liebe in sich fühlen, in sich erhalten wollen, geht es nun einmal nicht ohne den kühlen Kopf, der das heiße Herz vor den Klippen des Materiellen bewahrt! Man braucht sich nicht auf den nüchternen Standpunkt des Juristen zu stellen, für den die Ehe eine soziale Einrichtung ist, den Paragraphen des Bürgerlichen Gesetzbuches unterworfen, man braucht ebensowenig in der Ehe ein — mehr oder weniger gutes — Geschäft zu sehen, aber man kann vom Kaufmann und vom Juristen doch allerlei für seine Ehe lernen! Warum soll man z. B. nicht in seiner Ehe ein Kompagniegeschäft, eine G. m. b. H. einrichten? Natürlich nicht tatsächlich, sondern im übertragenen Sinne? Die ganze Entwicklung unserer modernen Ehe führt ja immer mehr dazu, daß die Frau nicht nur Herrscherin in Küche und Kinderstube ist: wie oft muß sie sich auch als Verheiratete noch beruflich betätigen, um die schmale Kasse füllen zu helfen! Ohne diese Möglichkeit würden heutzutage viele glückliche Ehen unmöglich. Ja, es kommt sogar vor, daß das Einkommen der Frau die Hauptstütze des ganzen Haushalts ist — besonders dann, wenn besondere Fähigkeit sie in den Zeiten der augenblicklichen Wirtschaftsnot vor dem „Abbau“ schützt. Nun, da haben wir ja schon eine Vorbedingung der G. m. b. H.! Die beiden Partner der Firma arbeiten, jeder nach bestem Können, um für ihr gemeinsames Unternehmen Geld zu verdienen! Solche Leistungen bedingen bei einer G. m. b. H. natürlich Rechte. Und da die Geschäftseinlage der beiden Partner ja vollkommen gleich ist — setzen doch beide ihre ganze Persönlichkeit für die Firma „Ehe“ ein — stehen nebeneinander im Kampf um die Existenz, da darf nicht zahlenmäßig abgewogen werden, ob nun mal der eine mehr als der andere schafft, sondern, was erworben wird, ist Eigentum Beider ohne Rechnen und Feilschen! Das Bewußtsein, für die gemeinsame Sicherheit und Behaglichkeit des Daseins zu arbeiten, wird verhüten, daß ein Unterschied in den Ansprüchen der Partner entsteht, es wird vor allem auch das Interesse des einen an der Arbeit des andern wachhalten. Und das ist wichtig: denn rechte Eheleute sollen alles mit einander teilen! Die Frau, auch wenn sie nicht selbst berufstätig ist, soll dem Mann beweisen, daß sie an seiner Arbeit Anteil nimmt, soll sich bemühen, sein Wirken und Schaffen kennen zu lernen; dann wird sie oft mit ungetrübtem ruhigem Urteil dem Gefährten raten können, wo er selbst den rechten Ausweg nicht findet: Frauen urteilen zwar meist instinktiv, aber deswegen oft viel schärfer als der durch Ueberlegung den Entschluß suchende Mann! Und da der Erfolg entscheidet, arbeitet auch hier der weibliche Partner der G. m. b. H. erfolgreich mit am Gedeihen der Firma.



Elli Weiß

Wieder aber tritt auch hier, wo der Mann den „Außendienst“, die Frau dagegen die „innere Verwaltung“ leistet, das Gesetz der gleichen Rechte der Partner in die Erscheinung; denn auch der Mann soll nicht auf dem Standpunkt stehen: „Ich verlange, daß



G. Riebicke

im Hause alles klappt — wie, ist Sache meiner Frau!" Als guter Kaufmann sollte er wissen, daß das Erhalten ebenso wichtig ist wie das Erwerben. Darum hat er die Pflicht, sich für die Dinge des inneren Betriebes, also in diesem Falle des Haushaltes, zu interessieren und, wenn die Gattin seinen Rat und seine Hilfe braucht, nicht ablehnend von „ärgerlichem Küchengeschwätz, Lappalien usw." zu sprechen, sondern auch hier seine Partnerschaft zu bewähren. Es ist absolut nicht unter seiner Manneswürde, selbst einmal zuzugreifen, wenn der Gattin die Arbeit über den Kopf zu wachsen droht: vielleicht wird er auf diesem spezifisch weiblichen Gebiet keine sehr glänzende Rolle spielen — aber mit gutem Willen wird und muß es gehen, wenn er daran denkt, daß er mit und für seinen getreuen Partner arbeitet. In der idealen G. m. b. H. kann jeder der Teilnehmer die Arbeit des andern im Notfalle versehen; in der Ehe-G. m. b. H. wird stets eine mehr oder weniger scharfe Trennung der Arbeitsgebiete einsetzen müssen, wenn nicht, was wohl das Schönste ist, Mann und Frau in gemeinsamer Erwerbsarbeit die Mittel schaffen, aus denen sie gemeinsam ihr Nest ausbauen und erhalten!

Nehmen wir also ein wenig kaufmännisches Denken in unsere Ehe mit, es rentiert sich: wenn Mann und Frau als gleichberechtigte Partner mit dem Materiellen kämpfen, ist eine große Gefahr für die Firma beseitigt, die nämlich, daß Sorgen und Verständnislosigkeit sie so untergraben, daß sie aufgelöst werden muß!



Max Lorenz-Nielsen

Zehn Bitten einer Japanerin an ihren Gatten

In einer amerikanischen Zeitschrift „New-York Globe" zählt eine Japanerin auf, was sie sich von ihrem Manne wünscht, um das Familienleben zu heben und ihm ein nettes Heim zu schaffen:

1. Steh bitte um die gleiche Zeit auf wie ich.
2. Schimpf mich in Gegenwart der Kinder bitte nicht aus.
3. Wenn Du auf längere Zeit fortgehst, so sage mir bitte, wohin Du gehst.
4. Teile mir bitte mit, wenn Du weggehst und wann Du wiederkommst.
5. Bitte gib mir das Recht, mich einiger Wünsche erfreuen zu können.
6. Bitte gib mir auch eine gewisse Geldsumme für meinen persönlichen Bedarf.
7. Es gibt gewisse Dinge, die Du selbst erledigen kannst, bitte beanspruche dafür nicht die Hilfe anderer. (Mit diesen „anderen„ meint sie sich.)
8. Vor den Kindern tue bitte nichts, was Ihnen ein schlechtes Vorbild wäre.
9. Bitte laß mir jeden Tag etwas Zeit zum Lesen und Lernen.
10. Und sage nicht immer „Oi kora!" (Hallo, Du da) wenn Du nach mir rufst, bitte! Denn ich bin Deine Frau und verdiene Achtung.

Und die genügsame Japanerin fügt bittend hinzu: „Glaube nicht, daß ich in meinen Wünschen und Bitten anmaßend bin, sie kommen aus tiefstem Herzen Deiner Frau, die Dich liebt."

(Sollten diese Bitten nur in Japan ...?)

Die Verstellung / Von Dr. Felix Solterer

„Und was hast du deinem Bräutigam darauf gesagt?"

„Ich habe ihm gesagt, daß ich dich zuerst fragen muß."

„Mein liebes Kind, da hast du einen Fehler gemacht", erwiderte die Mutter und zündete sich eine Zigarette an. „Du hättest ihm sofort sagen müssen, daß deine Scham dir das verbietet."

„Aber Mutter, wenn diese Scham gar nicht vorhanden ist?"

„So muß man sie vortäuschen. Die Gesellschaft von heute verlangt dies. Schau, ich habe kein Vergnügen, wenn ich die Zigarette rauche. Ich tue es nur, weil es eben allgemein üblich ist."

„Aber das ist doch etwas ganz anderes. Mein Vater hat ihm die Geschäftsbücher und die Kasse gezeigt und nun hat mein Bräutigam mich gebeten, daß ich ihm meinen Körper zeigen soll. Er heiratet doch nicht die Geschäftsbücher und wenn ihm schon meine materiellen Seiten gezeigt werden, warum soll ich ihm seinen Wunsch nicht erfüllen?"

„Ich kenne die Männer zu gut, um nicht zu wissen, daß ein Mann ein derartiges Benehmen von seiner Frau verlangt. Zeigst du dich ihm aber vor der Hochzeit, so möchten viele Männer auf den Gedanken kommen, daß du dich auch anderen zeigen würdest."

„Ist denn die Nacktheit unsittlich?"

„Kind, du stellst naive Fragen. Die Nacktheit ist



Atelier Robertson

nicht unsittlich, sondern nur das Verlangen nach der Nacktheit. Nicht nur aus hygienischen Gründen tragen wir Kleider, sondern der Hauptgrund ist der, daß wir dadurch unsere Gefühlsbewegungen verdecken können."

„In Sparta . . ."

„Höre mir mit Sparta auf. Jeder Nacktkulturfreund führt es an. Es ist wahr, daß die Menschen nackt herumgingen, das auf Ehebruch der Tod stand, aber es kam auch vor, daß im Kriegsfalle die Ehegatten selbst Jünglinge in ihr Haus führten, damit die Vermehrung fortgesetzt werde. Die Frau muß sich hüten, daß der Nimbus ihres Körpers in der Alltäglichkeit aufgehe, denn dann wären alle Dirnen brotlos. Ich habe einmal in einem Nachtlokal eine Nackttänzerin tanzen gesehen. Die Herren nahmen von ihr gar keine Notiz. Im nächsten Tanz hatte sie nur einen Mantel um ihre Schultern. Du hättest nun die gierigen Blicke der Männer sehen sollen. Trotzdem sie minutenlang nackt getanzt hatte, erregte sie erst Sinnlichkeit, als ihre Nacktheit verhüllt war. Glaube mir, die Kleider sind nicht da, daß sie Gliedmaßen verhüllen, sondern sie sollen das Augenmerk darauf legen, daß sie verhüllt sind."

„Vater hat mir aber erzählt, daß er dich auch schon vor der Hochzeit gesehen hat."

„Das war wieder etwas anderes. Dazumal habe ich meine Scham überwinden können. Ich wollte doch, daß du einen — — ehrlichen Namen bekommst."

Ende.

SONNE

Von

John Galsworthy

In dieser Welt, wo Leben wächst aus Tod,
Wo von dem Los des Sterbens keiner frei,
Wo Kampf Gesetz ist, und wo Zweifels Not
In jedem Atemzug sich täglich neu
Bei Mensch und Vogel, Fisch und Baum gebiert;
In einer solchen Welt der Wehmut weiß
Ich eins — vor allem andern, was sie ziert —
Des Preisens wert: ich sing' der Sonne Preis!

*

Der Sonne! Ja! Obwohl sie Wüsten schafft
Und Fackeln zündet über bleich Gebein.
Der Sonne Preis, weil ihres Leuchtens Kraft
Die Wiesen schäumen macht und blühn den Stein,
Weil sie verwandelt aller Welt Gesicht,
Die Schatten wärmt zu Wesen und Gewicht.
Lobpreisend leb' ich. — Senkt man mich zur Ruh',
O du, geliebte Sonne, deck' mich zu!

(Berechtigte Uebertragung von Kurt Schrey)



G. Riebicke

DIE INSEL DER NACKTEN

Ein Schönheitsroman von Anton Putz zu Adlersthurn



Josef Bayer

3. Fortsetzung

Den bisher erschienenen Teil des Romans liefern wir neuen Lesern gegen Einsendung von 50 Pfennig (in Marken) nach.

Wenn eine Autorität überhaupt möglich ist, dann kann es keine sein, die sich mit Strafgesetzen oder Militärmacht Ansehen verschafft, sondern nur ein durch sich selbst wirkendes Naturgesetz. Die Autorität eines Naturgesetzes erkenne ich an, aber nicht die eines Geheimrates.

So schwoll denn — von dem rein germanischen Norden her begünstigt — eine Welle lebensbejahenden Volks- und Menschenbewußtseins an und bespülte alle Schichten und Stämme des deutschen Volkes.

Diese Bewegung hieß Nacktkultur, ein Teil ihrer Anhänger fanden sich im Schönheitsbund. Das Wort Nacktkultur — noch aus den Zeiten des Kampfes um die Sittlichkeit oder Unsittlichkeit des nackten Körpers herübergenommen — trat bald in den Hintergrund, denn uns war bei der Kultur des Körpers als der Grundlage aller Aufzucht und Volksertüchtigung die Nacktheit eine Selbstverständlichkeit. Der freudige Zustrom breiter Volksschichten versammelte bald um mich eine bedeutende Ortsgruppe, wobei diese aber noch lange nicht die einzige war, denn neben dem Schönheitsbund erstanden eine Reihe anderer Gruppen, die mit Körperkultur verschiedene Ideen, teils rassischer Art, teils in Ernährungs- und Kleidungsfragen, teils religiöser Art verbanden.

Du wirst sicherlich begierig sein, über eine solche Ortsgruppe näheres zu hören. Denn deinem ungläubigen Lächeln entnehme ich, daß du vermutest, daß eine Menge ungeeigneter Elemente bald deren Sprengung bewirkt hätte. Mit nichten! Bei Menschen, die sich in freier Natur rein menschlich und natürlich geben, fühlen sich diese von der Fäulnis der sonst so hochgepriesenen Moral, wie man sie den armen Kindern einpaukt, wie man sie in Gesellschaft und Umgang kennt, ergriffenen Menschen nicht wohl. Solche kommen wohl, um einmal ihre Neugierde zu befriedigen, aber da sie das Dirnentum, das ihre Sinne mit flachen Gemeinheiten reizt, nicht vorfinden, scheiden sie sich selbst aus.

In den Kreisen der Schönheit und Nacktkultur, die diese nicht in rauchgeschwängerter Kneipe, sondern in freier Natur ausüben, finden sich nur die edelsten, gesündesten und meist auch schönsten Menschen zusammen. Es ist keine Uebertreibung und Ueberhebung, wenn man von einer natürlichen Auswahl besserer Menschen spricht. In den Kleidern sind wir alle uniformiert, maskiert. Wir sind andere, uns selbst fremde Wesen. Wir spielen an Hand der „Kultur"requisiten unseren Mitmenschen und nicht selten uns selbst eine Komödie vor, die uns, unser Volk, unsere Kultur, unser ganzes Dasein fälscht und mit Fälschung vergiftet. Der nackte Mensch ist nur Mensch, Lebewesen, das sich des natürlichen Daseins freut. Der angezogene Mensch nimmt Titel und Ehrenzeichen, Abzeichen von Würde, Macht und Gewalt an, durch die er eine Scheinwirkung ausübt, wie sein vegetierendes Dahinsiechen ein Scheinleben ist. Der nackte Mensch hat nur seine Persönlichkeit als Wirkungsmittel. Er lebt in Kraft, Schönheit, Kühnheit, Gesundheit, Geist.

Wer macht sich denn in unserem Vaterlande darüber Gedanken? Sportler und Verwandte, wenn sie nicht ihre ganzen Gedanken in einer Rekordziffer erschöpfen, was leider nur zu oft der Fall ist und von den sogenannten Sportzeitungen in geistloser Weise begünstigt wird. Wer richtig Körperkultur treibt, der wird der Rekordleistung stets fern bleiben; denn das Rekordtraining bedingt einseitige Ausbildung einer Körperpartie, Disharmonierung des Körpers und damit eine Verletzung des Schönheitsprinzipes. Der Sport muß so in allen seinen Arten betrieben werden,

daß er den Körper gleichmäßig, allseitig entfaltet. Gewiß gibt es heute eine große Anzahl Menschen, die der Nacktkultur theoretisch nicht ablehnend gegenüberstehen, weil man theoretisch sich an alles gewöhnt hat; aber praktisch wollen sie nichts wissen, weil doch die meisten Menschen unästhetisch seien.

Gegen eine übertriebene Aesthetik muß man anfangs allgemein ankämpfen, denn damit würde ein häßlicher Gegensatz geschaffen, der Ungerechtigkeit und Reibereien im Gefolge hätte. Von der Wohltat der Nacktheit kann man niemand ausschließen. Wenn wir selten einen klassisch schönen Körper finden, so doch noch seltener einen ausgesprochen häßlichen. Die Mängel aber, die dazwischen liegen, können nur durch intensive Nacktkultur verbessert werden, da sie letzten Endes die Folgen unserer Kleidung sind.

Während wir so in eifriger Arbeit begriffen waren, floß die Zeit und mit ihr das politische Leben weiter. Die sogenannte Revolution wurde von einer Periode der Reaktion abgelöst. Immer deutlicher und lauter machten sich jene Herren vernehmlich, die in den Novembertagen 1918 verschwunden waren oder sich über Nacht auf den Boden der gegebenen Tatsachen gestellt hatten. Jetzt fanden sie es gut, gegen die gegebenen Tatsachen zu wirken. Die alten Mächte, die schon vor 1914 das Volk „herrlichen Zeiten" entgegenführen wollten, griffen zusehends in die Zügel der Herrschaft und die Wirkung begann man allenthalben zu spüren. Die Volksrechte wurden lautlos geschmälert, die Gewissensfreiheit und das Recht der freien Meinungsäußerung wurden angegriffen. Die opponierenden Parteien erklärten sich gegenseitig unter Anwendung denkbar größter Schmeicheleien für Hoch-, Landes- und Volksverräter — je nach Bedarf. Das Vaterland wurde von einigen Veteranenvereinen in Erbpacht genommen. Alle Nichtmitglieder waren selbstredend vaterlandslose Gesellen und dergleichen mehr.

Mit dem Erscheinen der Jesuiten verschärfte sich auch der Kampf der Konfessionen. Die Kirche bemühte sich, ihre alte Machtstellung über die Schule wieder zu erobern und stieß dabei auf die freie Meinung und Selbständigkeit vieler Lehrkräfte, während ein anderer Teil, alle Standesinteressen vergessend, schweifwedelnd herbeilief und sich wieder gerne bereit erklärte, dem Klerus aus der Hand zu fressen. In den Behörden hatte sich wenig geändert. Viele leisteten in der Republik, genau wie ehedem unter der Monarchie, dem Klerus und der Kirche Handlangerdienste, und selbst hinter leitenden Männern spürte man anstatt den Hauch einer neuen Zeit, den Willen der Kirche — zur Macht. — Die Verknöcherung des Staatsgefüges gestattete kein Umlernen, keine Besserung. Man wurstelte auf dem Schutt der Jahrhunderte weiter und hoffte, soweit man nicht von der Tadellosigkeit aller Staatseinrichtungen überzeugt war, auf den deux ex machina, der mit einem Schlag das goldene Zeitalter bringen sollte.

Unter diesen Umständen begann die Hetze gegen uns. Obwohl wir, absolut parteilos, unsere Ideen nur zum Wohle eines kranken Volkes verfochten, verdächtigte man uns, da man uns auch vom moralischen Standpunkte nichts nachsagen konnte, kommunistischer Gesinnung, was damals wenn nicht den Tod, so doch eine Kaltstellung oder Verächtlichmachung bedeutete. Wie bei allen Parteien, sind auch bei den Kommunisten edle Menschen, die ihren Idealen leben, und Mitläufer mit Hintergedanken. Wie ehedem die imaginären Anarchisten und die für die Rechte der Aermsten kämpfenden Sozialisten, so wurden immer mehr die Kommunisten zum Allerweltswauwau gestempelt, mit dem man das deutsche Volk blaß machte.

Wir mit unserer abgeklärten, fortgeschrittenen Weltanschauung, die stets auf dem Boden des Realen, des Zweckmäßigen, des Volksnützlichen blieb, wehrten uns natürlich gegen eine Vergleichung mit einem gärenden politischen Wein, dessen idealen Kern wir ebensowenig wie viele Mitglieder selbst reaktionärer Parteien verkennen konnten, deren Wege wir aber nicht teilen wollten. Außerdem waren wir parteipolitisch und religiös absolut paritätisch. Vom Oberlandesgerichtsrat bis zum Erdarbeiter, vom konservativen Katholiken bis zum Freigeist, von der ersten Dame der Gesellschaft bis zum einfachen Ladenmädel fanden sich bei uns Vertreter — und alle waren herzlich zueinander. Weder Standesdünkel noch Kulturkampf trennte sie, die ein Ideal: Schönheit, Gesundheit, Nacktheit einigte. Das Volk, nicht die Klasse; Vernunft, nicht Parteivorteil: das war unser Ziel.

In meinem engeren Vaterlande aber herrschte die schwarze Klasse. Die klerikale Mehrheit übte eine unumschränkte Herrschaft aus und verstand es, das Volk nach eigenem Gutdünken und Vorteil zu biegen. Wo, wie bei uns, die Gesetze und die Verleumdung nicht ausreichten, da erfand man allerhand Schikanen und die Politik der Nadelstiche hörte nicht auf.

Selbstverständlich spüren gebildete Menschen derartige Spitzfindigkeiten, Lächerlichkeiten, Bosheiten tiefer als von Ideen und Idealen wenig berührte Volksschichten. So wurde der Zustand allmählich unerträglich. Wir faßten den Entschluß, uns gründlich zu verändern.

Im Norden Deutschlands war zwar die Luft von Schweden beeinflußt und die freie Betätigung der Nacktkultur allgemein anerkannt. Das genügte uns nicht. Wir wollten uns einmal eine eigene Welt bilden und damit dem in Parteiung zersplitterten Europa das Vorbild eines Staatswesens von hohem Kulturwert, von sittlicher Reinheit auf dem Boden der Nacktkulturbewegung vorführen. Bei einer Anzahl unserer Anhänger machte sich eine Stimmung bemerkbar, die deutlich darauf schließen ließ, daß man es müde war, sich mit allen möglichen böswilligen Angriffen herumzuschlagen. Menschen, die zu wenig Geist haben, um sich selbst zu beschäftigen, müssen immer in den Landfrieden des Nächsten einbrechen und dessen Ruhe stören. Ein parteilich organisierter Staat hat nie die Kraft oder auch nur den guten Willen, gegen Verleumdungen, die für die Parteiansichten der eben herrschenden Klasse agitieren, vorzugehen.

Ich hielt auf der Erdkugel, die noch groß genug ist, um für aller Menschen Frieden zu garantieren, wenn sie sich schiedlich-friedlich verteilen, Umschau und fand diese Insel, von der Geschichte und der europäischen Kultur wenig berührt.

Der Beschluß, bei günstigen Bedingungen auszuwandern, fand allgemeine Zustimmung. Man war von der Aussicht, eine eigene Scholle, ein eigenes, ungestörtes Vaterland zu besitzen, so verlockt, daß alle, die sich irgendwie frei machen konnten von den Verpflichtungen, die sie an Familie oder Amt banden, mitzumachen versprachen.

Ich richtete nun ein ausführliches Gesuch an die englische Regierung, worin ich um Ueberlassung eines Eilandes unter britischer Oberhoheit bei vollständiger Selbstverwaltung ersuchte.

Schon nach wenigen Wochen hatten wir die Antwort in den Händen, die uns die Insel San Christoval oder Bauro nebst Dependencen, das heißt den kleinen Riffen und Atollen, die herumliegen, zur vollständig souveränen Verfügung unter britischer Oberhoheit überließ mit der Bedingung, eine jährliche Steuer an die Regierung zu entrichten, wofür uns der Schutz gegen irgend welche Eingriffe Dritter zugesichert wurde.

In dem Schreiben, das bei den Gründungsurkunden unseres Landesarchivs ruht, hieß es dann noch wörtlich:

„Wir haben gerne Ihrem Wunsche gemäß gehandelt und Ihnen noch weitere Vorteile geboten, in der Hoffnung, daß sie die einsame, allen Verkehrsstraßen ferne Insel zu einer Perle der Südsee emporkultivieren. Wir haben hierzu ein besonderes Vertrauen, denn es ist eine allbekannte Tatsache, daß seit mehr denn hundert Jahren die Besten des deutschen Volkes aus ihrer Heimat hinausgeekelt werden, damit die Drohnen ungehindert den Kern des minder tüchtigen oder weniger empfindlichen Teiles aussaugen können. Englands Kolonien und Amerika haben stets mit Vorliebe sich derer angenommen, deren Entfaltung in Deutschland durch schwerfällige oder rück-



Josef Bayer

ständige Politik gehindert wurde. Wir sind überzeugt, daß in Ihnen und Ihren Anhängern dem britischen Imperium ein gesundes Reis aufgepfropft wird. Möge es sproßen und gedeihen zu beider Nutz und Frommen."

Nun begann ein fabelhaftes Leben und Treiben. Alle Auswanderer verkauften ihre Habe, soweit sie überflüssig war. Wir rüsteten uns zur Ueberfahrt. Unsere Truppe zählte 100 Männer und 120 Frauen, dabei einige Familien mit Kindern. Das englische Konsulat stand uns mit Rat und Tat bei und gab uns einen Seeoffizier, der die Tropen kannte, zur Beratung an die Seite. Da ich schon betont hatte, daß in unserer Ortsgruppe, die natürlich viel bedeutender war als die Auswanderertruppe, alle Stände und Berufe vertreten waren, so fehlten uns Aerzte, Apotheker und Wissenschaftler ebensowenig wie Handwerker und Künstler.

Wir waren eine kleine Kulturzelle, die nach dieser Insel verpflanzt wurde, um hier ihr Sonderleben zu beginnen.

Nachdem alles wohl vorbereitet war, übergab ich die Leitung der heimischen Bewegung an einen verläßlichen Führer und reiste mit der Schar meiner Anhänger nach Genua, wo uns ein englisches Kriegsschiff gastfreundlich aufnahm und nach Bauro brachte.

Hier haben wir ein neues Leben begonnen, einen Staat gegründet, die Eingeborenen zu einer Stufe emporgehoben, wie es bisher keine europäische Erziehung vermochte.

Unseren Gastfreunden, den Engländern, haben wir im letzten Jahre 4000 Pfund Sterling Steuer abgeliefert und dabei noch einen gleichen Wert in unser Staatssäckel getan. Dabei herrscht Friede und Zufriedenheit. Wie aber das Glück über unserem Staatswesen schwebt und wie es sich ganz frei und unabhängig von allen europäischen Begriffen eingerichtet hat, das kann allein der Augenschein lehren, das muß man erleben, weil man es nicht erzählen kann."

Knapproth lehnte sich zurück, trank mit einem tiefen Zug seine Schale aus und, nachdem ihm die beiden Schiffbrüchigen die Hand zum Abschied gereicht hatten, begab er sich auf den Weg zu seiner Hütte.

ER WAGT'S

Soesten und Arabella hatten sich zurückgezogen. Die Erzählung Knapproths hatte sie tief berührt. Wie vieles schien ihnen darin Trugschluß, falsche oder unberechtigte Kritik. Sie mußten sich darüber noch aussprechen.

Arabella bekämpfte heftig alle Motive Knapproths. Seine Sittenansichten mußten ihn in Konflikt mit dem Erziehungsproblem Europas bringen.

„Er mag recht gut als Lehrer der Wilden passen, die er hier antraf, an denen er nichts mehr in sittlicher Beziehung verderben kann, aber für europäische Begriffe, besonders für Deutschland, scheint er mir der ungeeignetste Schulmeister zu sein. Der Pfarrer wird gewiß mit geschärfter Menschenkenntnis dem jungen Springinsfeld mißtraut haben. Die politischen Motive, die er ihm unterschiebt, sind wohl kaum mehr als Phantasieprodukte, die er sich zurechtgelegt hat, weil er nicht daran glauben will, daß seine Sittenansichten einfach Unmöglichkeiten sind."

„Wenn auch manches in deiner Rede liebe Arabella, berechtigt ist, so klingt mir Knapproths Erzählung nicht so im Ohr, als ob ein junger Springinsfeld gesprochen hätte. Seine Rede war abgeklärt und sein Urteil oft von einer Schärfe, die, obwohl verletzend, doch mit dem Herzblut der Wahrheit gezeugt ist. Auch vergißt du, daß er damals, als er mit dem Pfarrer in Zwist geriet, noch gar nicht aktiver Anhänger der Nacktkulturbewegung war. Daß ein Pfarrer oder wir auf einem anderen politischen Standpunkt stehen als er, das hindert noch nicht, daß seine Motive gut und seine Ideen dem Volke nützlich sind."

„Aber erlaube, Ideen, die notorisch eine Unanständigkeit voraussetzen, können keinesfalls einem Volke, daß so krank ist wie das Deutsche, auf die Füße helfen."

„Von der Sittlichkeit, das heißt dem, was wir darunter verstehen, hängt die Größe eines Volkes nicht ab. Die Größe eines Volkes ist die Form seiner Lebenskraft. Die Lebenskraft äußert sich aber ebenso im erotischen, wie im nichterotischen. Wenn ich die erotische Kraft eines Volkes in Moralfesseln schlage, dann wird dieses Volk auch nie in der Lage sein,

sich auf anderen Gebieten zu entfalten. Bei Knapproths Nacktkultur handelt es sich dabei noch gar nicht um ein erotisches Problem. Ich gehe, obwohl ganz die Sittenvorschriften unserer Heimat anerkennend, noch etwas weiter. Ich sehe es ein, daß das deutsche Volk immer grundmoralisch war, aber gerade dadurch den tiefsten Schaden erlitt, weil es einerseits den Zusammenhang mit der Natur verlor, anderseits auch den Kontakt mit den Nachbarvölkern einbüßte. Mehr Freiheit wäre gut."

„Ich glaube gar, du wirst allmählich zu einem Verteidiger Knapproths und seiner Nacktkultur, die mich immer wieder entrüstet, der ich als gute Katholikin nicht zustimmen kann."

„Was er anführt, ist außerordentlich wahr, und warum sollte ich Wahres nicht anerkennen. Sind die Schweden schlechter als die Deutschen, weil sie nackt baden?'

Warum beten wir denn ewig die Kunstbreviere Griechenlands nach, wenn diese nackt turnenden Antiken nichts anderes als unzüchtige Tiere waren? Warum hat denn der deutsche Sittlichkeitsfanatiker noch kein Ideal finden können, das solchen Ewigkeitswert und so zeitlose Anerkennung errungen hat? Wenn ich recht nachdenke, muß doch ein sittlichhöherer Wert in diesen natürlichen Grundsätzen liegen, als wir uns eingestehen wollen."

„Selbst wenn alles für seine Theorie des Nackten spräche, ich könnte mich aus Religiosität nie dazu entschließen. Wen ner seine Lehre ganz tendenzlos vorträgt, so hat sie etwas Bestechendes an sich; aber den Pferdefuß kann er nicht verbergen: Es ist sein Haß gegen die Kirche."

„Das scheint mir persönlich zu sein. Uebrigens ist er glänzend gerechtfertigt in der historischen Vergangenheit Deutschlands."

„Also auch darin stimmst du ihm zu?"

„Ich stimme ihm nicht zu, aber seine Vaterlandsliebe ist scharfsichtiger als unsere."

„Du hältst seine Vorwürfe gegen die Kirche für gerechtfertigt?"

„Ich halte eine Meinung, die sagt: erst das Vaterland — die Kirche aber Privat- und Nebensache — für besser als die gewisser protestantischer und katholischer Parteien, denen die Macht ihrer Kirche mehr gilt als Volk und Vaterland zusammen. Knapproth sagt nicht: Freidenkerbewegung — dann Vaterland —, er sagt: Freidenkerbewegung zum Wohle des Vaterlandes. Unsere Kirchen sind Selbstzweck, während die deutsche Freidenkerbewegung nur eine Bewegung zur Stärkung des Volksganzen ist, also nationale Ziele verfolgt."

„Du bist auf dem besten Wege, abtrünnig zu werden."

„Bei uns Protestanten ist das nicht so entsetzlich. Bei uns gilt der gute Mensch. Seit Luthers Zeiten haben unsere Pfarrer leider viel von der katholischen Hierarchie herübergenommen. Bei Luther ist alles Kraft, deutsche Kraft. Unsere Geistlichkeit ist im Laufe der Zeit empfindend und moralisierend geworden; wie das ganze bürgerliche Zeitalter an der Moralschwind- und schwindelsucht litt."

„Jetzt genügt es aber, Achilles, wenn dich deine Freunde so reden hörten . . . Ich würde mich nicht mehr mit dir sehen lassen."

„Nun ja, meine Freunde hören mich eben nicht. Dafür sind wir doch in der wilden Südsee, damit man endlich einmal allen Gefühlen freien Lauf lassen darf. Dieser Knapproth hat in mir manches entfesselt, was einem in der Presse der europäischen Gesellschaft gar nicht zum Bewußtsein kommt. Man glaubt immer, alles muß so sein, wie es die Amme, Gouvernante und der Haushofmeister sich in ihrem beschränkten Dienstbotenverstande zurechtgelegt haben, nicht damit es dem jungen Menschen zugute komme, nein, damit sie bei den Eltern, Onkeln und Tanten Lob ernten. Da kommt man dann plötzlich in eine andere Welt, in eine warme, weiche, freie Welt; da wird das eigene Ich wach, da ist man auf einmal ein ganz anderer Mensch. Man ahnt es erst, daß man ein Mensch ist. Siehst du, so geht es mir. Ich sagte mir heute: schau, Achilles, das ist auch eine Laufbahn. Was hast du schon alles unternommen; wie wäre es, wenn du einmal vorurteilsfrei prüftest, was an diesem Knapproth wahres ist? Zwar sagte ich mir, steht er links von dir — parteipolitisch gesprochen —, aber die Parteipolitik kann man hier in der Südsee einmal beiseite lassen. Soll er links stehen, meinetwegen Demokrat oder Sozialdemokrat sein, er hat ja auch kein Rittergut wie du. Außerdem hat es nur den Anschein, als ob er links stünde, weil gewisse Parteien jeden Fortschritt aus ihrem Programm verbannen. Und endlich haben wertvolle Menschen überhaupt keine Parteizugehörigkeit aufzuweisen, weil sich edler Geist ebensowenig in Parteiprogramme zwängen läßt, wie ein Löwe in einen Affenkäfig. Und der Schluß meiner Ueberlegung war: ich gehe morgen auf der Insel spazieren und schaue mir den Knapprothschen Staat an."

„Du willst morgen dieses Haus und diesen Berg verlassen?" Arabella hatte sich ihm zugedreht und ergriff seinen Arm.

„Ja, was ist dabei."

„Du willst nackt weggehen!"

„Denke nicht daran. Ein wenig leichter werde ich mirs machen; nur die weiße, lange Hose anbehalten."

„Sie werden dich zerreißen, wenn du gegen ihre Sitten handelst."

„In Europa würde mich der Schutzmann so lange auf der Wache behalten, bis man eine Hose beigebracht hätte. Ich glaube, hier ist man toleranter und läßt mir meine Hose."

„Du forderst die Gastfreunde heraus."

„Ich folge nur Knapproths wiederholter Einladung. Du kommst doch mit, Arabella?"

„Nein.'

„Das habe ich erwartet. Ich sehe du entwickelst deine Liebe, die doch auf dem Wege bis Indien so verheißungsvoll sich entfalten wollte, gar nicht, obwohl die Gelegenheit hier noch viel günstiger ist als auf dem Dampfer. Du wirst dich noch einmal nach einem solchen prächtigen Zimmer mit so weich aneinandergeschmiegten Matten sehnen. Du wirst noch einmal träumen von den lauen Nächten der Südsee, die du zu genießen versäumt hast. Du wirst nie wieder das kindliche Glück im Schoß der Natur finden können wie hier. Ein Wort und wir sind eins."

Soesten küßte sie leise auf den Mund.

Sie aber entzog sich ihm und sagte kaum vernehmlich: „Gute Nacht, Achilles! Heute nicht!"

*

Arabella lag noch in tiefem Schlummer, als sich Soesten am frühen Morgen erhob. Vorsichtig stahl er sich, nur mit der langen Hose, die von einem Gürtel gehalten wurde, bekleidet, aus dem Zelthause fort. Eine frische Brise empfing ihn und ohne sich lange zu besinnen, ergriff er einen Bambußstock, der zu irgendwelchem Zwecke an der Wand des Häuschens lehnte, und schritt in den Busch hinein. Der Pfad schlängelte sdich deutlich kenntlich durch die dichten, mit Lianen und Gras reichlich durchwachsenen Büsche. Der Weg senkte sich rasch über einen ziemlich steilen Hang hinab, sodaß Soesten die Lage seiner Wohnung auf einer isolierten Kuppe erst recht klar wurde. Der Boden war weich, fast polsterartig und von ganz dunkler Farbe. Die trockene federnde Erde verschlang jeden Laut, selbst der Schritt der Stiefel erstickte in dieser unsagbaren Weichheit. Soesten schritt munter aus. Es war ein sdpielendes Wandern. Die Luft kühl, taufrisch; der Boden weich; das Licht der Sonne spielte schon auf hohen Bäumen und die beflügelte Tierwelt gaukelte durch ein blütenreiches, düfteschwangeres Paradies. Daß man den prächtigen Faltern nicht nachstellte, schien ihre Zutraulichkeit zu beweisen; aber auch Vögel hielten in ihrem Liebessang keinen Augenblick inne, wenn sich der Fremde ihnen nahnte.

Zu halber Höhe des Hügels teilte sich der Weg. Soesten folgte dem rechten. Dorthin schien sich der Wald zu lichten. Kräftiger Wind brachte auf seinen Fittichen würzige Seeluft und ein fernes, gleichmäßiges Rauschen. Der Weg senkte sich wieder rascher und durch die Bäume glitzerte ruhiges Wasser.



Geschwisterpaar in Syrien

Delos

Bald hatte Soesten das Meerufer erreicht. Der Hügel, der seine Hütte trug, dämmerte als vorgeschobene Halbinsel den Blick ein und verwehrte der Morgensonne den Weg zur Bucht, an die der Weg heranführte. Ueber eine glatte Binnensee schweifte der Blick zu einem zartrosa aus blauen Fluten gehauchten Riff, außerhalb dem ein unruhiges Meer Wellen heranrollte, deren tosendes Zerschellen der Wind herbeitrug. Ein weißes Segel blinkte ganz fern in der Sonne.

Soesten wanderte weiter. Der Weg lief undeutlich durchs Gras. Der Wald wurde lichter. Soesten umwanderte die Bucht am Ufer entlang bis zu einer Landspitze, die sich bereits im Sonnengolde wärmte. In dem blauen durchsichtigen Wasser der Lagune. in dem man viele Meter tief noch jede farbenprächtige Koralle erkennen konnte, schwärmte ein ungeheurer Reichtum an Fischen aller Art.

An der fernsten Spitze des Landes machte er Rast. Ein Korallenriff wuchs von da quer in die Lagune hinein und schien die Barriene herangezogen zu haben. Das freie Meer war hier näher, das Brausen stärker. Neben einem einsamen Segelboot trieb ein schmales Kanu mit kräftigem Ausleger und schaukelte übermütig auf dem unruhigen Wasser. Die Leutchen schienen zu fischen. Der Blick konnte jetzt schon an der Halbinsel, auf der sein Haus stand, vorbei und in die lange Lagune hineintasten.

Die schmale Landzunge, an deren Spitze Soesten saß, wurde von einem nur wenige Meter hohen aber äußerst dicht bewaldeten Hügelzug gebildet. Die wilde Waldkappe ließ die sanfte Erdwelle bedeutender erscheinen als sie war. Soesten, dem die Sonne lästig zu werden begann, freute sich über den kühlen Schatten, in den er weiterwandernd, eintauchen durfte. Der Wald trat hier ganz an das Ufer heran — die Kokospalme liebt ja den salzigen Boden. Ein Weg schien vorhanden zu sein; wenigstens lag das hohe Riedgras in einer Linie niedergedrückt, wenn nicht ein großes Tier diese Spur hinterlassen hatte. Als Soesten überlegte, welcher Art solch ein Tier sein könnte, kam es ihm erst in den Sinn, daß er eigentlich waffenlos war. Aber auf den Südseeinseln, den Inseln des Friedens, gab es keine wilden Tiere. Nicht einmal die Menschen waren wild. Ehe sie mit den Europäern. den blutgierigen, fanatischen Spaniern zusammen kamen, waren sie ein Volk lächelnder Güte, denen es trotz ihrer Friedfertigkeit gelungen war, die kannibalischen Zwergurvölker zu verdrängen.

Während er sich so in der Vergangenheit, der Geschichte der Südsee, grübelnd vertiefte, drangen an sein Ohr leise, aber nicht sehr ferne Ruderschläge. Dichtes Buschwerk verhinderte den Ausblick. Der silberne Klang einer klaren, hellen Mädchenstimme quoll träumerisch gedämpft durch den grünen Vorhang:

O Mutter, komm einmal
Hinaus aufs weite Feld
Und schau, wie schön das Tal,
Wie frühlingsgrün die Welt.

Du weißt ja gar nicht mehr,
Wie's draußen blühen soll,
Wie Wies' und Strauch umher
In Blüten wundervoll.

Du bist ja eingesperrt
In grauer Städte Qual,
Den Blick hinaus dir wehrt
Die Mauer grau und schmal.

Die Sonne, licht und warm,
Scheint nur für kurze Zeit
Ins Stübchen grau und arm
Und sonst herrscht Düsterkeit.

Vom lichten Himmelsblau
Siehst du ein Fleckchen nur,
Sonst ist es öd und grau —
Vom Frühling keine Spur.

O Mutter, komm einmal
Hinaus aufs weite Feld:
Das Korn, es reift im Tal,
Blau strahlt der Berge Welt.

Dort fließt ein Bächlein hold
Und Blumen grüßend steh'n,
Dort, in der Sonne Gold,
Dort laßt uns wandern geh'n.

(Forts. folgt.)



Max Lorenz-Nielsen

Nicht krank sein!

Kopfschmerz

Der genaue Vorgang, durch den Kopfschmerz hervorgerufen wird, ist noch unbekannt. Es gibt vier Formen des Kopfschmerzes: 1. der symptomatische Kopfschmerz, der als Symptom eines körperlichen Leidens auftritt, 2. der periodisch wiederkehrende Kopfschmerz, 3. der neuralgische Kopfschmerz, welcher genau genommen kein eigentlicher Kopfschmerz ist, sondern Neuralgie oder Nervenschmerz, 4. die Migräne.

Der symptomatische Kopfschmerz tritt bei einer zeitweiligen Unpäßlichkeit auf, und zwar

1. im Anfangsstadium von Infektionen oder Krankheiten, bei welchen Fieber auftritt;

2. bei Vergiftungen verschiedener Art. Ein typisches Beispiel ist das Kopfweh, das durch Trinken von verfälschten alkoholischen Getränken verursacht wird. Gewisse Drogen können Kopfweh verursachen, während andere Drogen die entgegengesetzte Wirkung haben und zur Erleichterung der Kopfschmerzen beitragen.

3. bei Erkrankungen der vitalen Organe und Systeme des Körpers. Herzleiden, Magen- und Darmstörungen, besonders diejenigen funktioneller Art, sowie Beckenleiden der Frauen sind häufig mit Kopfschmerz verbunden;

4. bei Nierenleiden. Dies ist ein heftigerer Kopfschmerz, dem kaum abzuhelfen ist. Ob ein Nierenleiden die Ursache ist, kann der Arzt leicht durch eine Untersuchung feststellen;

5. bei Gehirngeschwulsten. Dies sind die rasendsten Kopfschmerzen, die es gibt, aber glücklicherweise bilden diese Fälle nur einen kleinen Bruchteil eines Prozentes der vielen Formen von Kopfschmerzen, und ferner weisen die hieraus entstammenden Kopfschmerzen andere Charakteristika auf, welche dazu dienen, sie von den gewöhnlichen Kopfschmerzen zu unterscheiden.

Die Bedeutung und Behandlung dieser symptomatischen Kopfschmerzen hängt von der Krankheit ab, die die Ursache bildet. Der Arzt, der einen Fall von Kopfschmerz untersucht, wird eine noch viel größere Anzahl von Möglichkeiten als die vorstehenden in Betracht ziehen. Bei einer Untersuchung helfen ihm manchmal besondere Charakteristika der Kopfschmerzen, wie z. B. die Tageszeit und andere Einzelheiten ihres Auftretens. Aber noch mehr wird er sich bei der Diagnose auf Erkundigung nach den Begleitsymptomen, auf die körperliche Untersuchung und Laboratoriumsanalysen verlassen. Wenn eine gründliche Untersuchung keine körperlichen Störungen als Ursache aufdeckt, haben wir es nicht mit einem symptomatischen Kopfschmerz zu tun.

Der periodisch wiederkehrende Kopfschmerz hat kein feststellbares Leiden als Ursache. Manche Personen haben fast dauernd Kopfschmerzen. In den meisten Fällen dieser Art ist der Schmerz nicht sehr heftig. Er scheint, wenigstens teilweise, der Tatsache zuzuschreiben zu sein, daß die von ihm Betroffenen bei verhältnismäßig geringfügigen Ursachen, die bei andern keine Kopfschmerzen erzeugen, für Kopfschmerz empfänglich sind. Diese Anlage ist in manchen Familien erblich und ist nahe verwandt mit der Anlage zu nervöser Schwäche. Oft kann Kopfschmerz direkt auf schwere geistige Arbeit zurückgeführt werden. Ueberanstrengung der Augen kann ebenfalls ein Faktor sein; Sorgen und Aufregung sind auch dazu angetan, Kopfschmerz hervorzurufen. Heftige Gemütserregungen, besonders Streitigkeiten, verursachen oft Anfälle von Kopfschmerz. In nicht wenigen Fällen ist der periodisch wiederkehrende Kopfschmerz eine Begleiterscheinung von Gemütsstörungen, die psychologische Konflikte, welche im Unterbewußtsein liegen, als Ursache haben.

Neuralgische Kopfschmerzen sind oft das Resultat von Störungen in der Region des betroffenen Nervs. Nicht durchgekommene Weisheitszähne und andere Störungen der Zähne können Neuralgie hervorrufen, wobei die von Schmerz befallene Stelle weit von dem Zahn, der sie verursacht, entfernt sein kann. Eine Erkrankung der Nasenhöhlen hat eine ähnliche Wirkung.

Migräne tritt in heftigen Anfällen in mehr oder weniger periodischen Zwischenräumen auf. Sie beschränkt sich auf die eine Seite des Kopfes. Der Anfall gipfelt gewöhnlich in Erbrechen. In manchen Fällen tritt eine zeitweilige Trübung der Sehfähigkeit ein. Das Leiden steht als eine Störung des Nervensystems, deren Ursache und Natur unbekannt ist, einzig da. Es tritt vorwiegend bei Frauen auf und beginnt in der Kindheit oder im Backfischalter. Die Anfälle kehren ständig mit variierender Häufigkeit wieder und hören erst etwa im 50. Lebensjahr auf. Die beste Behandlung ist ein regelmäßiges Leben. Die Anfälle werden dann weniger häufig und weniger stark, obgleich sie nie ganz verschwinden.

Kalte Umschläge und heiße Fußbäder führen oft eine Linderung des Kopfschmerzes herbei. Die meisten von Kopfschmerzen befallenen Personen ziehen es vor, sich hinzulegen. Andere, die weniger intensives Kopfweh haben, lassen sich gern durch Unterhaltung zerstreuen, um es sich „wegzureden".

Für sehr heftige Kopfschmerzen verschreiben die Aerzte gewöhnlich eins der zahlreichen Kohlenteerderivate. Es gibt unzählige Mittel gegen Kopfschmerz, deren Hauptbestandteil gewöhnlich Azetanilid ist. Sie haben bisweilen üble Nebenwirkungen und sollten deshalb nicht ohne ärztlichen Rat genommen werden.

Alle Personen, die an häufigen Kopfschmerzen leiden, sollten sich gründlich vom Arzt untersuchen lassen, damit dieser feststellt, ob nicht irgendein chronisches Leiden die Ursache ist.

Zur Krampfadernbehandlung

Die Behandlung der ebenso schmerzhaften wie entstellenden Krampfadern, speziell bei Frauen, mit Injektionen ist bereits im Publikum so bekannt, daß die Patienten direkt mit dem Wunsche kommen, ihnen auf diese Weise zu helfen. Diese Methode ist weder gefährlich noch besonders schmerzhaft und hat in der Tat sehr schöne Erfolge. Die Wahl der Injektionsflüssigkeit hat sich im Laufe der Jahre mehrmals geändert, da man immer nach schmerz- und gefahrloseren Präparaten suchte und sie auch fand. Ursprünglich nahm man eine Sublimatlösung, wohl ein sehr heroisches Mittel, dann Traubenzuckerlösungen und schließlich nach den neuesten erfolgversprechenden Versuchen Dr. Ruhemanns 20prozentige Kochsalzlösung, welche unter dem Namen Varicophtus in den Handel gelangt. Der Erfolg der Injektionsbehandlung wird oft durch das unzweckmäßige Verhalten der Patienten nach der Injektion beeinträchtigt. Obwohl der Eingriff unbedeutend ist, muß man sich nachher doch durch zwei Tage weitgehende Schonung auferlegen. Der Vorteil der Kochsalzinjektion gegenüber der bis jetzt allgemein üblichen Zuckerinjektion besteht auch darin, daß es mit der Zuckerlösung nur sehr selten, mit der Kochsalzinjektion aber in der Regel möglich ist, mit ein bis zwei Injektionen auszukommen; auch scheint die Emboliegefahr bei Kochsalz

nicht zu bestehen. Die Injektionsbehandlung ist nicht angezeigt bei hohen Varicen am Oberschenkel, sowie bei denjenigen Krampfaderknoten, wo immer sie sich befinden, die mit tiefen Venen Anastomosen (Verbindungen) haben. In diesen Fällen wird es nämlich nie gelingen, die Venen richtig blutleer zu bekommen, was eine Voraussetzung für den Erfolg der Injektionsbehandlung ist, ferner ist hier auch die Emboliegefahr (Verstopfung der Vene mit einem Gerinnsel) größer. Die Injektion wird daher am besten mit allen aseptischen Vorsichtsmaßregeln von einem Facharzt ausgeführt. Dr. W. H.

Gesundheitspflege durch Leibesübungen

(Fortsetzung von Seite 222)

schmeidig. Zur griechischen Gymnastik hat außer Massage auch die Oelung mit nachfolgender Betäubung gehört, um die Hitzewirkung der sengenden Sonne erträglicher zu machen und das Schwitzen herabzusetzen. Die griechische Gymnastik hat die Nur-Spezialisten nicht geschätzt. Vom ärztlichen Standpunkt kommt es auch nicht darauf an, sportliche Höchstleistungen zu erzielen, sondern die Volksgesundheit durch harmonische Ausbildung des gesamten Körpers zu fördern. Das schließt natürlich nicht aus, daß jemand, der erfolgreicher Spezialist werden will, sich ganz besonders seinem Fachgebiet widmet. Vor allem muß vor jedem Uebermaß der Leibesübungen auch der Nacktübung gewarnt werden, wodurch sinkendes Körpergewicht, Mißbehagen, unruhiger Schlaf, Appetitlosigkeit, schlechtes Aussehen, Müdigkeit und Nervosität hervorgerufen werden, während die richtig betriebenen Leibesübungen das Kraftgefühl erhöhen, die Lebensfreude fördern, gesunden Schlaf herbeiführen, den Appetit und das Aussehen bessern.

Um durch die Leibesübungen die Gesundheitspflege zu fördern, ist die Beratung durch den sachverständigen Arzt unbedingt notwendig. Wenn auch der Wert einer Leibesübung im einzelnen nur nach persönlichen Anlagen beurteilt werden kann, so soll doch versucht werden, ein allgemeines Bild über den gesundheitlichen Wert der einzelnen Leibesübungen zu geben, und zwar will ich davon ausgehen, welche Organe durch diese oder jene Leibesübung beeinflußt werden.

Nach den bisherigen Ergebnissen zeigt die Körpergröße folgende mittlere Werte: mittlere Körpergröße der Turner 165,1 cm bei 64,4 Kilo Gewicht; mittlere Körpergröße der Ringer 169,0 cm bei 68,2 Kilo Gewicht; mittlere Körpergröße der Spieler 170,5 cm bei 64 Kilo Gewicht; mittlere Körpergröße der Fünfkämpfer 172,8 cm bei 68,3 Kilo Gewicht. Ich glaube aus diesen Zahlen lediglich entnehmen zu können, daß die Leibesübungen des vielseitigen Fünfkämpfers wohl einen besonders förderlichen Reiz auf die Körperform ausüben. Es kann natürlich durch die bisherigen Messungen nicht bewiesen werden, daß eine besondere Leibesübung von bedeutendem Vorteil für die Körpermaße ist, denn die Verschiedenartigkeit der Körperbildung kann auch lediglich auf Anlage beruhen. Wie jedoch die Körpermaße im gewissen Sinne von Leibesübungen abhängen, hat Kohlrausch durch Untersuchung von 67 Hochschülern bei Eintritt in die Hochschule und nach zwei Semestern bewiesen: Das durchschnittliche Gewicht ist von 66,07 auf 66,7 Kilo gestiegen, die durchschnittliche Größe von 172,2 auf 172,3 cm, der durchschnittliche Brustumfang von 89,8 auf 94,0 cm, die durchschnittliche Armbreite von 7,7 auf 10,4 cm und der durchschnittliche Oberarmumfang von 27,8 auf 28,5 cm. Im besonderen Maße sind also der Umfang des Brustkorbes und der Gliedmaßen sowie der Atembreite durch Leibesübungen gesteigert worden.

Das Breiter- und Größerwerden des Brustkorbes hat ein gesundes Lungenwachstum zur Folge. Der Lauf, welcher die Vor- und Grundbedingungen für die meisten Leibesübungen ist, bietet die geeignetste Form der Lungenausbildung. Gleichzeitig wird durch den Lauf, besonders den Langstreckenlauf, ein großes, leistungsfähiges Herz erzielt. Deshalb wird auch von den Nauheimer Herzspezialisten die Leibesübung in Form dosierter Terrainkuren für Herzkranke angewandt neben Digitalis, Coffein und Campher. Herz und Gefäßsystem werden auch in nicht unerheblichem Maße beeinflußt durch die sogenannten Kraftübungen: z. B. beim Heben schwerer Gewichte, beim Ringen, beim Klimmziehen und bei vielen Uebungen unseres deutschen Geräteturnens, insbesondere auch diejenigen am Barren. Es entsteht hierbei der Vorgang der sogenannten Pressung. Durch die nach tiefer Einatmung einsetzende Preßbewegung wird die Stimmritze geschlossen, steigt der Druck in den Luftröhren und ihren feinsten Verzweigungen stark an und wird das Blut aus den feinsten Verzweigungen der Blutgefäße (Haargefäße) der Lungen mehr oder weniger vollständig in die Lungenblutadern und damit in den linken Herzvorhof getrieben. Gleichzeitig erfolgt durch eine Drucksteigerung innerhalb des Brustkorbes die Auspressung des Herzens und führt zu einer Abflußbehinderung in den großen Blutaderstämmen, deren Blut nicht mehr in das rechte Herz sich entleeren kann. Die verminderte Blutfüllung des Herzens, welche nach Abklingen der Pressung schnell verschwindet, macht sich vor dem Röntgenschirm bemerkbar, indem die Herzschattenbreite um 1,5 bis 3 cm zurückgeht und der Herzschatten selbst in dem Maße lichter wird, wie er an Breite abnimmt. Aus diesem Grunde muß bei schwachem Herzmuskel, bei Wieder-Genesenden nach ernster Infektionskrankheit, bei Menschen mit Lungenerweiterung und ausgeheilter Lungentuberkulose sowie bei Kropfbildung vor allen Kraftübungen gewarnt werden, welche mit dem Vorgang der Pressung verbunden sind. Einen anderen Charakter als die Kraftübungen haben die Geschicklichkeits- und Wurfübungen, wie Speer- und Diskuswerfen und das Kugel- und Steinstoßen. Sie bilden vor allem eine Nervengymnastik und beanspruchen in richtiger Form als Nacktübung d. h. nur in kurzer Sporthose und barfuß betrieben, Herz und Lunge nur mäßig. In diesem Zusammenhang muß noch der Medizinball erwähnt werden, welcher für alle Arten von Leichtkranken und Wieder-Genesenden nach Infektionskrankheiten geeignet ist.

Auch zum Ausbau der Geisteskraft ist die Leibesübung berufen. Geistesgegenwart, Konzentration und Begriffsvermögen werden durch die verschiedenen Formen der Leibesübungen gefördert. Aehnlich wie das Kind durch Rechenmaschine und Buchstabenkasten vor Aufgaben gestellt wird, deren Lösung es selbst finden soll, so muß z. B. bei Austragung eines Kampfes der Spieler sich von Fall zu Fall auf die Lösung neuer Aufgaben schnell einstellen, deren Bewältigung ihm nur dann möglich ist, wenn er entsprechende geistige Gaben heranbildet. Es ist auch interessanter Weise an zwanzig Läufern festgestellt worden, daß die geistige Leistung nach einem innerhalb der Leistungsgrenze liegenden Streckenlauf an Schnelligkeit und Güte gehoben gewesen ist; es hat ferner festgestellt werden können, daß z. B. durch zweihändig Zeichnen geistig zurückgebliebene Kinder gefördert worden sind. Wahrscheinlich werden durch harmonische Pflege der Leibesübungen im Gehirn komplizierte Bewegungsschaltungen verankert, welche nicht nur in körperlicher, sondern auch in geistiger Beziehung zunutze kommen.

Die Gesundheitspflege durch Leibesübungen bildet im gesunden Körper einen gesunden Geist, macht den Menschen lebensfroh und schafft auf diese Weise auch seelische Werte, die den Einzelnen beglücken und durch Heranbildung eines frohen Menschengeschlechts einen kostbaren Wert bedeuten für das gesamte Volkswohl.

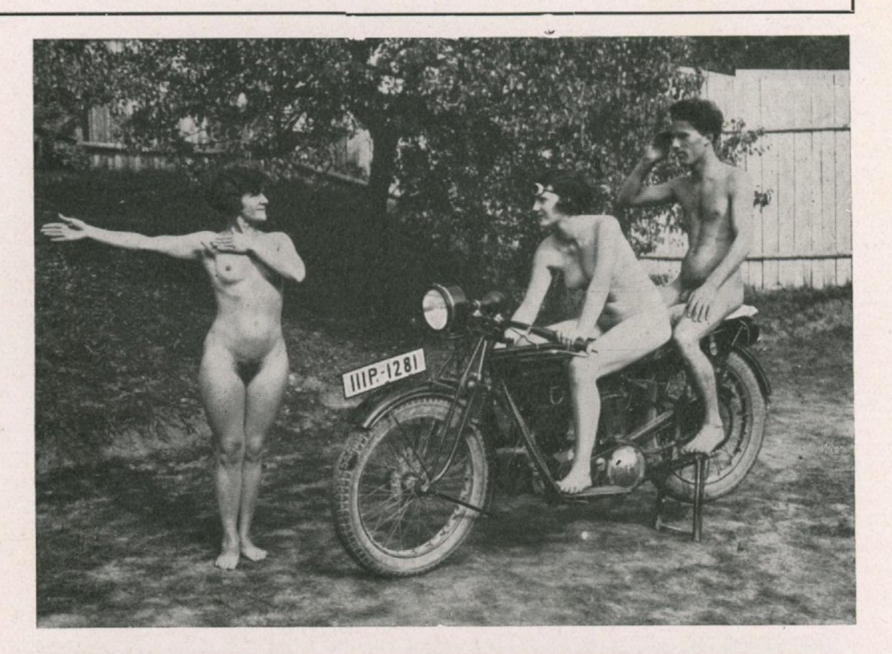
BLICK IN DIE WELT

»Centres naturistes" in Frankreich

Von Suzanne de Callias

In den letzten Jahren hat der Naturismus in Frankreich bedeutenden Aufschwung genommen. Neben anderen Anlagen naturistischer Zentren, wie in Royan und verschiedenen Gegenden des Südens, möchte ich über ein Lager berichten, das auf der schönen baumbestandenen Seineinsel V.llennes zwischen Poissy und Mantes entstanden ist. Ich hatte Gelegenheit im vergangenen Jahr dort angenehme Weekends zu verbringen. Die Insel wurde von einer Gesellschaft gekauft, die der Arzt Henri Durville leitet. Sie war schnell mit Zelten übersät. Während der Ferien trifft man hier drei- bis vierhundert Eingeweihte, die auf offenem Holzfeuer kochen, Fußball spielen, an den schattigen Ufern entlang schwimmen oder rudern... alle mit einem einfachen Badetrikot bekleidet, denn die französischen Polizeivorschriften verbieten völlige Nacktheit. Die Aufnahmebedingungen dieser Gesellschaft sind übrigens ganz einfach. Sämtliche sozialen Klassen sind vertreten. Meiner Meinung nach ein ausgezeichnetes Mittel zur Volkserziehung. Hier habe ich feststellen können, wie häufig unser Denken über die verschiedenen Völker von Vorurteilen bestimmt wird, die sich von Jahrhundert zu Jahrhundert forterben und ohne Prüfung übernommen werden. Haben wir nicht oft genug sagen hören, daß die völlige Freiheit zwischen jungen Leuten beiderlei Geschlechts in Frankreich infolge der libidonösen Veranlagung der Rasse nicht möglich sei? Nun habe ich aber in langen Tagen, die ich auf den dichten Grasplätzen von Villennes verbrachte, junge Mädchen und junge Männer gesehen, mit nahezu völlig entblößter bronzener Haut; zwischen ihnen nicht mehr und nicht weniger Blicke, herausfordernde Gesten als in irgendeiner mondänen, bis zum Kinn bekleideten Gesellschaft.

Die gleichen Gedankengänge gelten für das Camp de Chevreuse. Ein internationales und naturistisches Ferienlager, das seit 1924 auf einem malerischen Hügel im Tal von Bièvres, zweiunddreißig Kilometer von Paris entfernt, liegt. Ich habe dort eine bezeichnende Beobachtung machen können. Ursprünglich war das Lager rein internationalistisch und pazifistisch, dann wurde es besonders ein deutsch-französisches Bindeglied. Ich habe dort sehr interessante Ausführungen von Rednern der verschiedenen Länder gehört. Aber nach und nach verdrängte der Naturismus die Geistigkeit. Im vergangenen August







Wilke

beobachtete ich, daß man Unterhaltungen und Diskussionen zugunsten von Fußball und Sonnenbädern vernachlässigte. „Das deutsch-französische Problem erregt die junge Generation nicht mehr“, stellte einer der Leiter melancholisch fest; „gegenwärtig kommt es darauf an, sich nackt auszuziehen und in der Sonne Purzelbäume zu schlagen ...“

Darin sehe ich ein gutes Zeichen. Man regt sich nur über leidenschaftlich umstrittene Probleme auf; nun ist aber der Kriegsgeist in Frankreich zweifellos so unmodern geworden, daß die jungen Franzosen nicht mehr das dringende Bedürfnis zeigen, ihn zu bekämpfen ...

Und außerdem geht das Werk der Annäherung in jeder Weise vorwärts. Die jungen Leute, Deutsche und Franzosen, lernen sich ebensogut kennen, wenn sie Kartoffeln schälen, Feuer anmachen oder Bockspringen, als wenn sie große politische Probleme erörtern ...

Uebersetzt von Hella Koenigsberger.

Gegen die Nacktkultur

Sanitätsrat Dr. Maschke, Berlin, schreibt in seiner hygienischen Korrespondenz:

„Mit Mode bezeichnet man gewöhnlich die Kleidermode und denkt dabei zuerst an die Frauenmode, deren Wesens- und Daseinsberechtigung ist, dauernd zu wechseln. Schon zu lange scheint den Modeherrschern und -herrscherinnen das kurze Kleid zu bestehen; Paris tritt nicht nur für den Abend, sondern schon zum Nachmittag für das bis zum Knöchel reichende lange Kleid ein, mit Schleppe vorläufig nur abends. So wird verhindert, daß „man“ das vorjährige Kleid weitertragen oder verändern kann — die Mode ist nicht für Sparsamkeit —, die Schneiderkünstlerinnen bekommen zu tun und die Textilfabrikanten erst recht. Der Industrie — das ist der nicht immer klar sichtliche Zweck der Mode — ist geholfen. Vorläufig werden nur die „oberen“ Schichten dem Befehl der Mode gehorchen, die anderen aber folgen, es ist sicher, bald nach. Wie lange noch, und auch das Stangenkorsett wird wieder notwendig, nicht immer, nicht zur Arbeit und zum Sport, aber zum Gesellschaftskleid. Man soll nicht prophezeien, aber — aber — — — —

Eine Mode ist auch die sogenannte Nacktkultur, die Uebersteigerung eines an sich richtigen Prinzips. Licht und Luft an den unbekleideten Körper zu lassen, die segensreichen Strahlen der Sonne, mit denen sie Wachstum und Werden auf der Erde fördert, direkt, ohne die Strahlen abfangende, aufsaugende Zwischenschichten wirken zu lassen, ist gewiß ein vom gesundheitlichen Standpunkt nützliches Unterfangen. Daß aber der Schaden irgendwie beträchtlich wäre, wenn ein geringer Teil der Körperoberfläche mit leichtem Stoff bedeckt bleibt, dürfte erst noch zu beweisen sein. Es würde also gesundheitlich sehr wenig oder nichts ausmachen, wenn irgendwelchen religiösen oder moralischen Bedenken durch eine teilweise Bekleidung entgegengekommen wird. Wenn ich mich ebenfalls für solche Bekleidung (sie mag auf das dringendst Erforderliche beschränkt bleiben) ausspreche, so geschieht es aus einem andern Grunde: vom Standpunkt nämlich des Aesthetischen, aus dem Wunsche heraus, Unschönes zu verschleiern.

Wenn ich Bilder zu Gesicht bekomme, die, um die Nacktkultur zu fördern, zeigen, wie Männlein und Weiblein völlig unbekleidet gemeinsam lagern, spielen, baden: ich kann mir nicht helfen, es bäumt sich mein Schönheitsempfinden auf. Wir sind ja doch nicht alle, nein, sogar zum kleineren Teil, Schönheiten im Aussehen und im Wuchs. Gewiß, hat der Künstler einen nackten Menschen darzustellen, auf der Leinwand, in Marmor oder Bronze, er kann nichts weglassen; aber ich empfinde es wohltuend, wenn der Künstler z. B. die männlichen Organe zu verschleiern versteht, nicht durch ein Feigenblatt oder eine andere kümmerliche, unnatürlich wirkende Zutat, sondern in Harmonie mit der Darstellung.

Naturalia non sunt turpia (Natürliches ist nicht schimpflich oder häßlich) ist gewiß richtig, aber ebenso richtig ist, daß nicht jegliche Natur und Kreatur schön ist, und nicht alles, was sie tut und an sich hat, einen angenehmen Anblick gewährt.

Man muß nicht alles zeigen, was man hat und tut. Diese Mode der Nacktkultur, wie sie von verschiedenen, zu diesem Zweck gegründeten Vereinigungen propagiert wird, hat keine Aussicht, sich allgemein durchzusetzen oder weitere Kreise zu erfassen. Und ist weder ein Bedürfnis, noch erst recht nicht eine Notwendigkeit.“

Also:

1. *Die Nacktkultur ist eine Mode.*
2. *Die Nacktkultur ist eine Uebersteigung eines an sich richtigen Prinzips.*
3. *Die Nacktkultur stört das Schönheitsempfinden des Sanitätsrats Dr. Maschke.*
4. *Der Sanitätsrat Dr. Maschke schreibt dummes Zeug.*

Die teuflische Sonne

Im Konnersreuther Sonntagsblatt lesen wir:

„Es herrscht Schlaf im Saale der Christenheit, und man wehrt sich gegen jede Ruhestörung“, so sprach vor kurzem Emil Fiedler, der katholische Pfarrer auf dem dänischen Alsen. Er hat leider recht. Man hat auch uns Katholiken eingeschläfert und was noch das Traurigste ist, nicht nur die Katholiken im allgemeinen, sondern sogar die „frommen“ Katholiken, jene, welche die Elite bilden müßten. Sie beten — ja. Sie gehen zu allen Gottesdiensten — mit Vorliebe. Sie machen Missionen und Exerzitien mit — gewiß. Sie finden sich täglich am Tisch des Herrn ein — o ja. Und sie versagen, sobald es an den Eigenwillen geht — Tatsache. Ein Beispiel die schamlose Frauenmode. Der Papst spricht, befiehlt. Die Bischöfe sprechen, befehlen. Jesus spricht: Wer euch hört, hört mich! Und die frommen Katholikinnen bringen es fertig, Papst und Bischöfe reden zu lassen und ihren eigenen Willen durchzusetzen. Dabei stellen die betreffenden Vorschriften nicht einmal dar, was Papst und Bischöfe wünschen, sondern nur das, was sie als Mindestmaß verlangen mußten.

1. Langer Rock bis zum Fußknöchel.
2. Geschlossenes Kleid bis zum Halsgrübchen.
3. Langer oder dreiviertellanger Aermel.
4. Keine fleischfarbigen Strümpfe.
5. Keine durchsichtigen Stoffe, es sei denn mit einer Unterkleidung, welche die Punkte 1, 2, 3 und 5 berücksichtigt.

So ist's richtig, ja nur keinen Sonnenstrahl auf den sündhaften Leib kommen lassen. Licht, Luft und Sonne sind die gefährlichsten Feinde der „frommen Katholiken“. Hoffen wir, daß die wahrhaftigen Katholiken diesen Unfug nicht mitmachen.

Aussprache der Leser über persönliche Erlebnisse, Erfahrungen, Wünsche und Hoffnungen in bezug auf die Freikörperkultur

Mitteilungen über Treffpunkte, Veranstaltungen und dergleichen

(Diese Rubrik stellen wir übrigens auch den Organisationen gern zur Verfügung)

München, Bund der Lichtfreunde e. V., Bundesleitung.

Die Geschäftsstelle befindet sich seit der Amtsniederlegung Tschiersky nicht mehr in Frankfurt (Oder), sondern am Siz des Vereines München, Rheinstr. 22/3 r. Das Schatzamt hat Freund Dr. Colberg, München, Hermann-Levystr. 4 übernommen, das Bundes-Postscheckkonto ist das gleiche wie bisher (München Nr. 15 730).

Sämtliche bisherigen Gaue im Bund sind gemäß den Beschlüssen der Bundesversammlung aus verwaltungstechnischen Gründen ab 15. 10. 29 aufgelöst, ebenso alle Ringe mit weniger als 15 beitragszahlenden Mitgliedern. Die Ueberführung in Gruppen und Einzelmitgliedschaften ist im Gang. Soweit kein Austritt aus dem Bund erfolgt, übernehmen die früheren Gauführer bzw. Ringführer die vorhandenen Mitglieder als Bezirksgruppen.

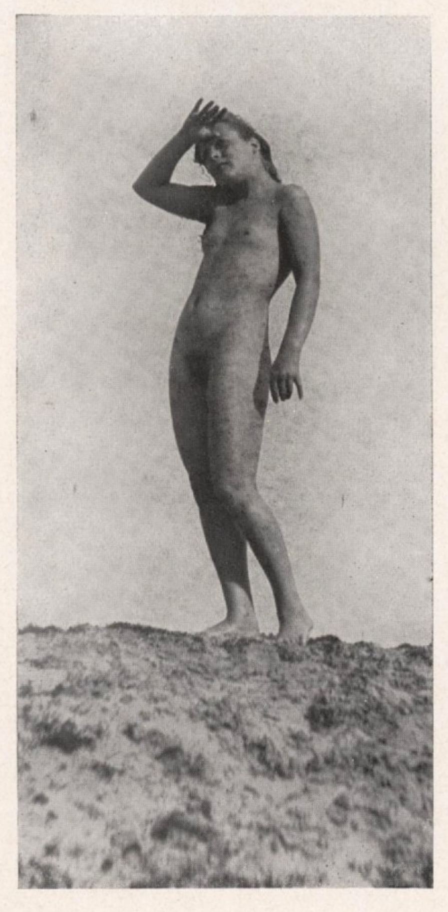
München, Bund der Lichtfreunde Ring München.

Die Unentwegten waren noch im Okt. und Nov. auf dem Ringgelände und haben dort dringende Arbeiten vor Wintersanbruch vollendet. Herzlichen Dank diesen wetterfesten und wertvollsten Freunden des Ringes. Zur gleichen Zeit haben die Skifahrten dieses Winters begonnen. In allen Bindungs- und Sportgeräte-Angelegenheiten erteilt Freund Deffner, Frühlingstr. 13, Auskunft. Ueber Skifahrten am Sonntag ist alles Nähere beim Ringführer zu erfragen. Gäste vom Skisäugling aufwärts bis zum sturmgeprüften Tourenfahrer finden jederzeit Anschluß. Werbt für die Skifahrt ins Montafon: Zeit 1.—15. März 1930. Auskunft erteilt Freund A. Fäßlin, Lindau, Abelbau.

Der Kassenwart bittet um Begleichung der Schulden. Lichtmenschen sind Pflichtmenschen auch in Geld-Angelegenheit des Ringes und Bundes.

Die Novemberveranstaltungen waren gut besucht. Am letzten Heimabend wurde unser 70. Mitglied aufgenommen. Dieser Abend bleibt in schöner Erinnerung. Unseren Gästen, Frau E. Weid als Pianistin und Frl. A. Wittemann als Sängerin, herzlichen Dank für die Brahms-Intermezzi und die herrlich gesungenen Schumann-Lieder. Ebenso auch für die Begleitung der technisch wie musikalisch schwierigen Violincello-Sonate von Chopin, welche Freund Poebing spielte.

Laufende Veranstaltungen: Montag Opernabend, Galerie Paulus, Fürstenstr.; Dienstag (2. im Monat) Heimabend, Leopoldstr. 87/0; Mittwoch Gymnastik, Herzogstr. 7/0, Rckgb.; Freitag Opernabend wie Montag. Sonntag Skifahrten je nach Witterung. Auskunft: Rheinstr. 22/3 r., Tel. 30 967. Gäste jederzeit herzlich willkommen!



Josef Bayer

München, Arbeitsgemeinschaft Münchener Körperkulturbünde.

Am 17. und 18. Nov. 1929 fanden Vorführungen der verschiedenen Münchener Gymnastikschulen — Lucy Heyer-Schule, Günther-Schule, Lang-Corret-Schule, Wigmann-Schule, Dalcroze-Schule, Bode-Schule, sowie Zweckgymnastik Gebelein — durch die Gymnastische Gesellschaft, München satt, welche die Buntheit und vielgestaltige Gliederung der Körperbildungsbestrebungen in München erkennen ließen, je nachdem das musikalische, tänzerische, gymnastische oder sportliche Interesse vorwiegt. Die Arbeitsgemeinschaft hat für ihre Mitglieder die Zweckgymnastik Gebelein für die Dauer des Winters belegt.

Aus der Arbeitsgemeinschaft ist ab Okt. der Bund Baldur, Ortsgruppe München, ausgetreten. An dessen Stelle ist der Freundschaftsring Sonnenland eingetreten. Auf den Beitritt der Gymnastischen Gesellschaft wird hingearbeitet. Den Vorsitz hat Freund O. Poebing übernommen.

Freundschaftsring Sonneland

Innsbruck-Hötting, Tirol, Probstenhofweg 3, part.

Verehrte Redaktion des Freibad!

Wir bitten um Veröffentlichung nachfolgender Notiz:

Der Freundschaftsring „Sonnenland“, internationaler Bund für Sport und Freikörperkultur hat sich zur Aufgabe gestellt, alle Freunde der Bewegung allerorts zu sammeln und ihnen Anschluß zu vermitteln. Der Bund ist auf idealistischer Grundlage aufgebaut und verlangt nur ganz geringfügige Mitgliedsbeiträge, die zur Deckung der Auslagen erforderlich sind. Freunde und Leser der Zeitschrift „Freibad“ zahlen, wenn sie sich bei der Geschäftsstelle des Ringes anmelden, keine Mitgliedsbeiträge. Spenden zum weiteren Ausbau werden jedoch dankend angenommen. Meldet euch daher recht zahlreich an, gleichgültig wo ihr wohnt! Für das Jahr 1930 sind folgende Veranstaltungen geplant: Treffen in Garmisch - Partenkirchen, Oberbayern. Sommer 1930 sonntäglich Zusammenkünfte auf dem Lichtgelände bei München; Weihnachten 1930 Skifahrt, Grafenast bei Schwap in Tirol. Weitere Veranstaltungen nach Vereinbarung. Anmeldungen sind schriftlich an die Geschäftsstelle Innsbruck - Hötting, Probstenhofweg 3, part. zu richten. Auskünfte werden nur schriftlich gegen Rückporto erteilt.

Ihr Frauen höret!

Unsere Männer haben uns zu Sklavinnen der Ehe gemacht. Wir tragen die Fesseln, wir werden als minderwertig bezeichnet, wir sind in der Ehe Hörige, Leibeigne. Wir müssen alle ehelichen Pflichten geduldig tragen, die Treue wahren, die Herren der Schöpfung dürfen ihre Seitensprünge machen, an ihnen bleibt nichts hängen.

Ein barbarisches Gesetz fordert den Mutterschaftszwang! Wir müssen, weil der Staat Soldaten und Arbeitsmenschen brauchte, Kinder gebären, wir müssen — ob wir wollen oder können — ob wir dabei elendig zugrunde gehen, Mütter werden! Der Staat weist uns die Rolle einer Brutmaschine zu,

und dieser Staat, der wir angeblich selbst sind, gebietet einfach „Mund halten“ und zwingt uns zu einer Funktion, die bisher als eine gesegnete galt, den Inbegriff aller Seligkeit in sich barg, adelte und verschönte. Solange es freiwillig geschah! Niemals aber unter Zwang, den wir ebenso wie die Männer, hassen und verachten. Und derselbe Staat bedroht uns mit Kerker wie gemeine Verbrecher! Man zwinge zu Gleichartigem die Männer und verlange ihre Selbstverleugnung, Selbstlosigkeit und Aufopferung. Wie ein Mann wird sich alles erheben und die Peiniger hinwegfegen. Uns Frauen glaubt man, alles zumuten zu dürfen.

Keine Macht der Welt soll mich zwingen können, ein Kind zur Welt zu bringen, dessen Kommen ich nicht gewollt, dessen Werden ich nicht verhüten konnte. Es gibt zahllose Schwestern, denen eine neuerliche Entbindung ewiges Siechtum bedeutet, es gibt zahllose Schwestern, die kaum Brot und Kleider für die lebenden Kinder haben. Wozu also noch weiter unglückliche Geschöpfe in die Welt setzen, die von Geburt aus mit allen Sünden und Lasten der Menschheit belastet sind, die der Gesellschaft zur Last fallen, sich selbst Bürde und Qual sind. Gibt es einen größeren Schmerz für ein wehleidiges Mutterherz, wenn es ihr Fleisch und Blut leiden, dulden, welken, sterben sieht? Gibt es ein tieferes Weh für eine Mutter, wenn ihr Kind mit Tränen in den unschuldigen Augen sie vorwurfsvoll fragt: Warum habe ich nichts und die andern alles? Warum hast Du mich, Mutter, geboren? Was tat ich dir?

Rauhe Männer können das Martyrium einer zarten, liebeheischenden Frauenseele nicht verstehen, nicht begreifen, sie erfassen die Tragik einer Mutter nicht. Sie pochen nur auf ihre Herrenrechte, das Weib muß gehorchen! Sonst müßte der ominöse § 28 über Nacht verschwinden, ein Sturm der Entrüstung und Empörung würde die Verfechter hinwegfegen.

So stehen wir Frauen in dieser Frage verlassen da, das Parlament will uns nicht helfen, die Regierung verschanzt sich hinter Sittensprüchlein und Moraltheorien von gestern und vorgestern.

Niemand will inniger die Reinheit und Heiligkeit der Ehe wie wir, doch nicht wir allein sollen die Opfer sein. In dieser Frage sind wir Frauen aller Stände einig, alle, ob reich, ob arm, wir leiden unter diesem Zwiespalt.

Daher soll das ganze Volk entscheiden!

Alle Frauen sollen zum Veto aufgerufen werden. Frei, unbeeinflußt, bloß ihrem natürlichen Triebe folgend, soll jede Frau ihre Stimme abgeben. Männer, die ihre Frauen lieben, verehren, in ihnen die Gefährtin und Kameradin, nicht bloß Spiel ihrer Leidenschaften sehen, stimmen mit uns.

Der § 28 muß fallen!

Wir fordern energisch und kategorisch, wir fordern im Namen der Menschlichkeit, der guten Sitten und der Moral die Aufhebung des Mutterschaftszwanges durch Volksabstimmung, Volksbegehr!

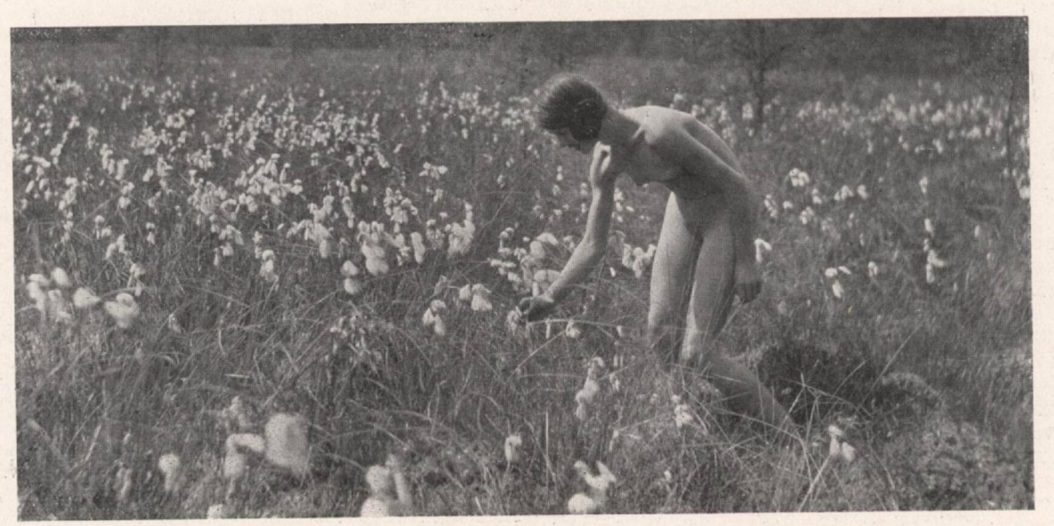
Volkes Stimme, Gottes Stimme!

Wer wagt sich noch entgegenzustellen?

Die erste Liebe

Wie hilft man der Jugend über Enttäuschung hinweg?

Wer den Begriff „erste Liebe“, so wie er allgemein aufgefaßt wird, prägte, hat ein unseliges Vorurteil in die Welt gebracht, denn man kann die erste Liebe nur als einen Liebesanfang betrachten. Sie ist das erwachende Bewußtsein eines liebebedürftigen Herzens. Solche Liebe kann noch lange gegenstandslos bleiben, ehe sie sich an ein bestimmtes Wesen heftet. Glücklich, wer suchend gleich fand und einen Bund knüpfte, der sich ein Leben hindurch als segensreich bewährt. Doch wie häufig kommt irgendein herzkaltes Wesen unverdient zu der Poesie, die „erste Liebe“ gewesen zu sein — es war dann nur ein Leiter des himmlischen Funkens, der den Menschen durchglüht. Welch irriger Wahn, solch eine Liebe für die einzige, die allein seligmachende zu halten und nach solch unglücklich ausgegangenem Einmal zu glauben, daß das Herz keiner weiteren Liebe fähig sei! Was erste Liebe genannt wird, lebt fort in der zweiten und wird in jeder späteren neu geboren. Die Sonne geht auf und geht unter und geht wieder auf. Die große lebenspendende Sonne unseres Herzens aber ist die Liebe. Vielleicht können diese Zeilen mancher Mutter dazu dienen, der jungen Tochter, dem jungen Sohn über die Enttäuschung einer „ersten Liebe“ hinwegzuhelfen. P. W.



Eili Weiß

Übersicht der anerkannten Freikörperkultur-Organisationen

Aachen: Bund der Lichtfreunde e. V., Hans Bongard, Kaiserstr. 14.

Arnswalde: Bund der Lichtfreunde e. V., Hans Böckler, Seeweg-Ost 24.

Barmen: Lichtbund, Vereinigung für Lebenserneuerung e. V., Alfred Krebs, Bismarckstr. 87. K: Leop. Vogt, Elberfeld, Ravensberger Str. 36. PSch: Essen Nr. 25309. (G)

Basel: Bund für freie Lebensgestaltung, Dr. Paul Wirz, Muttens bei Basel.

Berlin: Bund der Lichtfreunde e. V., Erich Nitschke, Berlin SO 36, Taborstr. 16. Sprechst.: Montag und Donnerstag von 19—20 Uhr.

Berlin: Bund der Licht- und Naturfreunde, Georg Sperling, Berlin O 112, Niederbarnimstr. 12.

Berlin: Bund für freie Körperschulung e. V., Richard Goldmann, Lichtenrade, Heimweg 8. Spr.: Mittwoch von 18—20 Uhr. (G) Auskunftsstellen: Erich Kähne SO, Wassertorstr. 61, Sonnabends 15—16 Uhr. Hermann Ehrhard Wilmersdorf, Pfalzburger Str. 62. T: Pfalzburg 2536, Spr.: Dienstags 17—19 Uhr. Ewald Trauer, Neutempelhof, Hohenzollernkorso 128b. Spr.: Montags 18—20 Uhr.

Berlin: Bund für Körperkultur und Naturschutz e. V. (G)

Berlin: Deutsche Luftbadgesellschaft e. V. Paul Gabler, Mariendorf, Chausseestr. 284. (G) PSch: Berlin 88354.
Gruppe Norden: A. Zschoge, Pankow, Kreuzstr. 17 (G)
Familiengruppe Süden: Oskar Wiedersich, Friedenau, Fregestr. 73.

Berlin: „Die Siebener", Heinz Scheer, Neukölln, Jonasstr. 38 III bei Klatte.

Berlin: Neusonnenlandbund e. V., Briefanschrift: Berlin NW 7, Postfach 24. (G)

Bonn: Bund der Lichtfreunde e. V., August Braun, Reuterstr. 93.

Braunschweig: Bund der Lichtfreunde e. V., Gruppe: Braunschweig-Peine.

Breslau: Bund der Lichtfreunde e. V., Gau Schlesien, Alfred Frenzel, Steinstr. III. (G)

Bunzlau: Bund für Körperkultur, Arthur Jaehne, Schließfach 170. (G)

Danzig: Finus, Vereinigung für Freikörperkultur, Adolf Weide, Pfefferstadt 72b. T: 22870. (G)

Darmstadt: „Orplid", Bund für Geistes- und Körperkultur e. V., Dr. H. Fuchs, Rheinstr. 8. (G)

Dessau: Bund der Sonnenfreunde zu Dessau, Richard Pflug, Amalienstr. 146 II. (G)

Dessau: Lichtbund, Karl Buckmann, Pötnitz 33, K: A. Babe, An der Kienheide 8. (G)

Dortmund: Arbeitskreis der Sonnenfreunde Westfalens, Fritz Gerling, Hagenstr. 52. (G)

Dresden: Bund der Lichtfreunde e. V., Hans R. Becker, Schnorrstr. 19.

Frankfurt (Main): „Orplid", Bund für Geistes- und Körperkultur e. V., Heinz Biek, Wittelsbacher Allee 45 III. (G)

Frankfurt (Oder): Bund der Lichtfreunde e. V., Willi Tschierschky, Große Fruchtstr. 8d II. (G)

Friedeberg (Queis): Bund der Lichtfreunde e. V., Hugo Ley, Friedrichstr. 105.

Glogau: Bund der Lichtfreunde e. V., Trude Wittler, Polnische Str. 30.

Görlitz: Bund der Lichtfreunde e. V., Fritz Scheibe, Brautwiesenstr. 33.

Greiffenberg: Bund der Lichtfreunde e. V., Gustav Möchter, Bahnhofstr. 29.

Halle: Bund der Lichtfreunde e. V., Arthur Rieche, Wittestr. 18 III.

Hamburg: Bund der Lichtfreunde e. V., Paul Klytta, Hammerbrookstr. 43 IV.

Hannover: Sonnenfreunde, Bund froher Menschen für Freikörperkultur. (G) A. Zierhut jr., Georgstr. 15. Spr: Montag und Donnerstag 19—20,30 Uhr. S: Lotte Meyer, Hildesheimer Str. 123. K. Ernst Meyer, Misburgerdamm 12 ptr.

Innsbruck: Freundschaftsring „Sonnenland", Innsbruck-Hötting, Probstenhosweg 3.

Koblenz: Orplid, Bund für Geistes- und Körperkultur e. V., Karl Lorentz, Koblenz-Pfaffendorf, Emser Str. 80.

Köln: Bund der Lichtfreunde e. V., Ernst Rosenheim, Köln, An der Malzmühle 10 II. (G)

Köln: Bund freier Lichtkämpfer e. V., Werner Schenker, Köln-Mühlheim, Vincenzstr. 14.

Leipzig: Freikörperkulturbund e. V., Georg Goerß, Leipzig W 35, Barnecker Str. 29 II. (G) PSch: Leipzig 3263.
Jugendgruppe: Otto Merckens, C 1, Bröderstr. 17 III 1

Liegnitz: Bund der Lichtfreunde e. V., Eugen Uiberall, Frankfurter Str. 9.

Linz a. D.: „Gesunde Menschen", Dipl.-Ing. O. Oberhammer, Promenade 8.

Magdeburg: Lichtbund e. V., Fritz Henschel, Am Suderberger Tor 5 I. (G) PSch: Magdeburg Nr. 4392.

München: Bund der Lichtfreunde e.V., Führung des Ringes München und Bundesleitung: O. Poebing, Rheinstr. 22, 3 r., Tel. 30967
Arbeitsgemeinschaft Münchener Körperkulturbünde. 1. Vorsitzender und Geschäftsführer: O. Poebing. Adresse wie oben.

München: Licht-Luft-Gesellschaft e. V., R. Zwillsperger, Blutenburgstr 100b III. Spr: Freitag von 19—20 Uhr. K: Andreas Hofmann, Edlinger Str. 31 I. (G)

München: B. d. L., Ring München. Ringführer Dipl.-Ing. Oskar Poebing, München, Rheinstraße 22, 3 Tr. r, Tel. 30967. Der Ring besitzt in der Nähe Münchens ein eigenes Gelände.
B. d L., Gauführung Bayern: Walter Ruhland, Lochham bei München, Am Vogelherd 10, Post Neu-Aubing.
Arbeitsgemeinschaft Münchener Körperkulturbünde, Geschäftsführer: Dipl.-Ing. Oskar Poebing, München, Rheinstr. 22, 3 Tr. r. Tel. 30967.
Freikörperkulturbund, Baldur e. V., Ring München u. Umgeb., A. Kirner, München 8, Elsässer Straße 31 I.

Nürnberg: Bund der Lichtfreunde e. V., Willi Ißmayer, Nürnberg-Buchenbühl, Am Steinbruch 19.

Oppeln: Bund der Lichtfreunde e. V., Oswald Kaus, Cosel in Oberschlesien.

Solingen: Bund freier Lichtkämpfer e. V., Heinrich Wilms, Lerchenstr. 4.

Sonnenburg: „Die Siebener", Gustav Schilling. (G)

Sprottau: Bund der Lichtfreunde e. V., Karl Menzel, Nonnenbuschweg 7.

Stettin: Bund für freie Lebensgestaltung, Dürerweg 3.

Stuttgart: Bund der Lichtfreunde e. V., Dr. Ludwig Schneider, Esslingen, Ritterstr. 6 (G)

Stuttgart: Ring der Wasserfreunde im B. d. L., e. V., Rudolf Motz, Vogelsangstr. 9 II. T: 63313. Spr: jederzeit.

Stuttgart: Freikörperkulturbund Sonnenland, Eugen Sannwald, Winnenden, Turmstraße 14.
Lichthöhvereinigung e. V., Stuttgart, nur schriftliche Mitteilungen an die Geschäftsstelle Silbern. Hecht, Büchsenstraße 55, wenn dringend: Telefon 28930.

Trebnitz: Bund der Lichtfreunde e. V., Felix Maretzke, Wilhelmstr. 1.

Wien: Bund der Lichtfreunde e. V., Karl Halbmayr, Wien 18, Währingerstr. 180.

Wien: Bund für Körperkultur und Naturschutz, Hans Wimmer, Wien 20, Perinetgasse 3. (G)

Wien: Liga für freie Lebensgestaltung.

Wien: Bund freier Menschen

Wien: Bund für Freilichtkultur.

Wien: Sonnenfreunde.

Wien: Verein für Freikörperkultur, Ethik, Ästhetik und Hygiene „Gesunde Menschen", 2. Bezirk, Zirkusgasse Nr. 47|15.

Zittau i. Sa.: Bund der Lichtfreunde e. V., Herm. Suphan, Aeußere Weberstr. 21 I. (G)

Lebensreform und Freikörperkultur

Sparte im Verband Volksgesundheit, E. V.,
Reichsspartenleiter: Hermann Schmidt, Leipzig S 3, Am Bogen 37 (Kulturpolitische Leitung)

Gau Berlin-Brandenburg

Landesspartenleiter: Franz Karlewitz, Berlin SW 48, Friedrichstraße 218 (in Körperkulturschule Adolf Koch)

Berlin, Freie Schar Schöneberg: Hugo Habenicht, Berlin, Heimstraße 20.

Berlin, Freier Körperkulturkreis Kreuzberg: Erich Freidank, Berlin S 59, Urbanstraße 25.

Berlin, Bund der Körperkulturschule Adolf Koch: Else Peters, Berlin S 14, Alexandrinenstraße 79.

Berlin-Brandenburg, Körperkulturkreis: Ernst Bütow, Berlin N, Sparrplatz 27.

Gau Sachsen

Landesspartenleiter: Willi Fischer, Chemnitz, Brühl 34

Chemnitz, Gruppe Freie Menschen: Willi Fischer, Chemnitz, Brühl 34.

Coswig: Otto Clausnitzer, Coswig i. Sa., Schillerstraße 61.

Crimmitschau, Gruppe Freie Menschen: Gerhard Möschke, Crimmitschau, Mammichsalder Straße 24.

Dresden, Gruppe Freie Menschen: Walter Jaeckel, Dresden-N., Leipziger Straße 288.

Leipzig, Gruppe Freie Menschen: Willi Wolf, Leipzig N 24, Löbauer Straße 37, II.

Planitz-Zwickau, Gruppe Freie Menschen: Johannes Uhlig, Planitz, Aeußere Zwikkauer Straße 34.

Gau Thüringen

Landesspartenleiter: Robert Bergner, Gera, Harboustraße 6

Gera, Gruppe Freie Menschen: Robert Bergner, Gera, Harboustraße 6.

Jena, Gruppe Freie Menschen: Max Edelmann, Jena, Frauengasse 10.

Zeitz, Gruppe Freie Menschen: Erich Lessig, Zeitz, Vater-Jahn-Straße 5.

Gau Rheinland-Westfalen

Landesspartenleiter: Hugo Möll, Elberfeld, Holsteiner Straße 30

Elberfeld, Freier Körperkulturkreis: Wilhelm Krüger, Elberfeld, Grünewalder Berg 19.

Bonn, Gruppe Freie Menschen: Anne Schwanenberg, Bonn-Beul, Johannstraße 36.

Köln, Gruppe Freie Menschen: Heinrich Effer, Köln-Mülheim, Regentenstraße 82.

Gau Rheinland-Südwest

Landesspartenleiter: Karl Hisgen, Darmstadt, Taunusstraße 21

Darmstadt, Gruppe Freie Menschen: Karl Hisgen, Darmstadt, Taunusstraße 21.

Frankfurt, Gruppe Freie Menschen: Hans Rösch, Frankfurt a. M., Albusstraße 26.

Ludwigshafen, Freier Körperkulturkreis: Werner Kortokroks, Ludwigshafen a. Rh., Roter Hof 3.

Mainz, Gruppe Freie Menschen: Wolf Greisinger, Mainz, Frauenlobstraße 33.

Breslau, Freie Lichtfreunde: Georg Schönfelder, Breslau 3, Siebenhufenerstraße 34; Willi Proquite, Breslau 11, Adalbertstraße 21.

Hamburg, Bund der Körperkulturschule: A. Koch, Elli Adrian, Dr. med. Toeplitz, sämtl. Hamburg, Colonnaden 96.

Hannover, Freier Körperkulturkreis: Otto Diedrich, Hannover, Philippsbornstraße 6, IV.

Wien (Oesterreich), Gruppe Freie Menschen: Adolf Adler, Wien XII, Siedlung Rosenhügel, Dorfmeistergasse 20.

Lübeck, Freier Körperkulturkreis: Genosse Trost, Lübeck, Engelsgrube 25.


FKK
Museum